

9ぎなみ



発行/杉並区
編集/広報課
〒166-8570杉並区阿佐谷南1-15-1

区の代表電話 3312-2111
FAX3312-9911 (広報課直通)
http://www.city.suginami.tokyo.jp/

支えあい共につくる
安全で活力あるみどりの住宅都市 杉並

「保育室ほりまつ」が新たに開所します 2
杉並区総合文化祭 3
10月14日(祝) 体育の日イベント	... 6・7
南北バスすぎ丸「かえて路線」の運行ルートの一部変更します12
高齢者への虐待をしない、させない12

杉並区次世代育成基金は子どもたちの豊かな夢を応援します

昨年度創設した「杉並区次世代育成基金」には多くの区民の方から寄附が寄せられ、次代を担う子どもたちが国内外の交流やスポーツ等の事業に参加することができました。

今年度も、これまでに次世代育成基金を活用して、小笠原諸島での自然体験や北海道名寄市と群馬県東吾妻町の子どもの交流事業を実施し、28名の中学生と50名の小学生が、目を輝かせながらこれらの事業に参加しました。

これらの事業の概要を報告するとともに、普段は得られない体験をした子どもたちの生の声をご紹介します。今後も次世代育成基金を活用した事業が、一層充実していけるように、引き続き、皆さんからの応援寄附をお願いします。

——問い合わせは、児童青少年課青少年係 ☎3393-4760へ。

◆基金活用事業の概要と参加した小中学生の声をご紹介します◆

◆中学生小笠原自然体験交流

7月23日(火)～28日(日)の5泊6日で、中学生28名が世界自然遺産の小笠原村を訪れ、現地の中学生など多くの方々と交流するとともに、固有種を守る活動や自然保護活動などの貴重な学習機会を得ました。この事業に参加した中学生は、杉並区の自然を守る環境保全活動のリーダーとして活躍しています。



▲山の体験交流

☆参加した中学生の声＝私は、この小笠原自然体験交流を通して、小笠原の自然の素晴らしさ、それを保つための地元の方々の努力を学びました。小笠原を見習い、身に付けたことを生かして、杉並を自然豊かなまちにしたいです。

◆杉並区・名寄市子ども交流会

7月28日(日)～31日(水)の名寄編では、杉並の小学4～6年生25名が北海道名寄市を訪れ、名寄市の小学生25名とともにピヤシリスキージャンプ台・なよろ市天文台の見学など、名寄の名所の数々を巡りながら交流を図りました。



▲杉並区・名寄市子ども交流会

8月5日(月)～8日(木)の杉並編では、名寄市の児童を杉並区に迎え、阿佐谷でのウォークラリーなどの体験を通して、友情を深めました。最終日には、盛大な閉会セレモニーが行われ、多くの児童が別れを惜しむ中、再会を楽しみに約束を交わし合う様子が見られました。この経験を通して、参加児童は、今後の自治体交流の懸け橋となる親善大使の役割をしっかりと果たしてくれました。

☆参加した小学生の声＝みんなと別れるのがさびしかったけど、交流会を通してたくさんの友達ができよかったです。楽しい体験と一緒にすごした友達とこれからも交流を続けていけたらいいなと思います。

ありがとうございました

6月8日～7月末のご寄附(敬称略、順不同)

- 個人＝埴良正＝1万円▷日下部好雄＝1万円▷佐藤俊彦＝3万円▷氏名のみ公表8件＝13万4000円(国保恵昭、守屋慶康、戸村昭一、伊東敬子、富田明友、市野正雄、菅野満智子、丸山文雄)▷匿名22件＝32万5000円
／合計＝50万9000円
- 団体＝永福自治協力会＝3000円▷団体・事業者名のみ公表3件＝3万5000円(日大二中軟式野球部保護者の会、杉並リサイクル事業協同組合、高橋工業(株))▷匿名2件＝6万円
／合計＝9万8000円

今年度後期の活用事業の予定

- 10月17日～29日(12泊13日)＝15名の中学生がオーストラリア・ウィロビー市へ短期留学します。
- 12月26日～28日(2泊3日)＝25名の小学5・6年生が北海道名寄市を訪れ、厳しい冬の自然環境を体験学習します。
- 12月26日～29日(3泊4日)＝区内選抜の中学生30名が南相馬市・名寄市の中学生とともに台湾台北市を訪れ、親善野球大会を開催します。

基金活用事業は、実施中の画像を随時配信しています

中学生小笠原自然体験交流と杉並区・名寄市子ども交流会は、それぞれ区ホームページのトップページ上部の「ほっと情報局(右アイコン)」で、子どもたちの体験画像を随時配信しました。今後も活用事業の実施にあたり、実施期間中の子どもたちの様子を画像配信していきます。



次世代育成基金への応援寄附をお願いします

次世代育成基金への寄附は、募集チラシ(右図)についている郵便振替用紙により、お近くの郵便局で行うことができます。払込手数料は、この振替用紙を使用した場合、区が負担しますので、ぜひご利用ください。

郵便振替用紙付きの募集チラシは、区役所、区民事務所・分室、駅前事務所、地域区民センター、区民集会所、区民会館、体育館・スポーツセンター、ゆうゆう館、図書館、産業商工会館(阿佐谷南3-2-19)に備えてあります。

また、現金での寄附や都市銀行からの寄附をお申し出の方は、下記、次世代育成基金担当窓口へお問い合わせください。



●次世代育成基金のホームページ
区ホームページ→「次世代育成基金」をご覧ください。

次世代育成基金

●次世代育成基金担当窓口(児童青少年課青少年係)
〒167-0051荻窪1-56-3 ゆう杉並内
☎3393-4760 FAX3393-4714
✉seisho-k@city.suginami.lg.jp

これまでの寄附金の総額は
こちらをご覧ください

11月1日(金)「保育室ほりまつ」が新たに開所します

「待機児童対策緊急推進プラン」に基づき区が整備を進めてきた区保育室が開所します。施設の概要および児童の募集は以下のとおりです。申し込みを希望する方は、10月3日午後5時までにお申し込みください(右記参照)。

——問い合わせは、保育課へ。

施設概要

- 所在地=松ノ木3-3-4-2階(旧堀ノ内松ノ木会議室)
- 形態=委託型
- 保育時間=午前7時30分～午後6時30分(日曜日・祝日・年末年始は休園)
- 定員=30名(下表のとおり)
- その他=給食あり

(定員(募集予定人数))

クラス年齢	1歳	2歳	計
定員	15名	15名	30名

※年齢基準日は、4月1日です。

「保育ホットナビ」をご覧ください

保育施設の空き状況など、保育に関する情報をお探しの方は、区ホームページの「保育ホットナビ」をご覧ください。



★「保育室ほりまつ」の入園児を募集します★

◇対象児童

区内在住で、保護者が就労などで日中保育できないお子さんのうち、区内の認可保育園に入園していない児童。区外在住の方は10月末までに杉並区に転入予定があり、売買契約書や賃貸借契約書などで証明できる場合は、申し込むことができます。保育室の申し込みは、区内の認可保育園の入園申し込みをしていることが条件です。保育室のみの申し込みはできません。

◇申し込み用紙の配布・受付場所

保育課保育相談係(区役所東棟3階)
※申込用紙は、区ホームページからも取り出せます。

◇申し込み方法

①新規申し込み

「保育園入園申込書」と「杉並区保育室入所申込書」に必要書類を添えて、提出してください。

②転室申し込み(既存の保育室に在籍中で転室を希望する方)

「保育室転室申込書」に必要書類を添えて、提出してください。

③希望保育室の変更

「希望保育室変更届」に必要事項を書いて、提出してください。

※25年5月以降に保育園の入園申し込みと既存の保育室の入所申し込みをしている方。それ以前に申し込みをした方は、新規の申し込みとなります。

◇注意

- 入所を希望できる保育室は、1カ所のみです。
- 既存の保育室に在籍中の方の転室が内定した場合は、元の保育室に戻ることはできません。
- 延長保育は、ありません。
- 内定発表後、辞退等で空きができた場合は、通常の11月入所の選考会議で追加選考を行います。また、認可保育園に11月入園が決まる場合もあります。その場合、保育室には戻れません。

◇申し込み期限

10月3日午後5時(必着)までに、保育課保育相談係へ持参または簡易書留で郵送してください。

◇内定発表

内定した方へ、10月16日(水)ごろに郵送で通知します。

◇保育料・保育料補助制度

区ホームページの「保育ホットナビ」をご覧ください。



すぎなみ舞祭2013

今年は、都立済美山運動広場に会場を移し、踊る! 食べる! あそぶ! をテーマに、来場者も楽しめるお祭り感満載の内容で開催します。

10月13日(日)午前9時30分～午後4時 都立済美山運動広場(堀ノ内1-15) 内・外・定①ダンスコンテスト▷舞祭大会=8人以上の子どもたちのダンス▷舞遊CUP=7人以下の子どもたちのダンス②うまいもの横丁(焼きそばなどのお祭り定番のメニューに加え、チヂミなど、おいしいもの屋が大集合)③なりきり写真館(アニメキャラクターの衣装に着替えた子どもをプロの写真家が撮影〈先着50名〉)④こども仕事チャレンジ(会場で仕事をして、会場で使えるお金〈100ナミー〉をゲット〈小学3年生以上。先着100名〉)⑤なみすけ・ゆりーとと遊ぼう(「なみすけ」と「ゆりーと」がどこかに出現) 費無料(②③は有料) 申込当日、直接会場へ 園児児童青少年課 青少年係 ☎3393-4760 (すぎなみ舞祭実行委員会事務局)

オヤジマイバッグ ドラフト会議 提案者募集

環境課活動推進係

区マイバッグ推進連絡会では、マイバッグ所有率を高めたい世代を「オヤジ」に絞り込み、マイバッグを持たないオヤジたちが小遣いを出しても欲しいと思うマイバッグを提案するドラフト会議を開催します。

ドラフト会議は、オヤジたちが欲しいと思うデザイン・材質・機能などを持つオヤジマイバッグを区民の方々に提案していただき、販売・製造プロによる審査で盛り上げます。提案者の皆さんには、当日、サンプルとパ



ドラフト会議開催日=11月10日(日)午前10時30分～正午 西荻地域区民センター(桃井4-3-2) 申込応募期限=10月18日(必着)▷応募方法=ハガキ、ファクスまたはEメール(9面記入例参照)で、応募期限までに環境課活動推進係 FAX3312-2316 ☎KANKYO-K@city.suginami.lg.jpへ。担当者にご連絡します ☎詳細は、お問い合わせください

ワーポイントなどを活用した2分程度のプレゼンテーションをしていただきます。皆さんの提案に対し、審査員が企業のプラカードを挙げれば、商品化の可能性が生まれます。オヤジ心をくすぐり、プラカードが挙がることを目指しましょう。

その他、区マイバッグ推進連絡会からも優秀賞1点に記念品を贈呈します。さらに、区役所ロビーで展示を予定しています。たくさんのご提案をお待ちしています。

「外環の地上部街路に関する話し合いの会」

東京都都市整備局都市基盤部街路計画課外かく環状道路係 ☎5388-3279または区都市計画課

◇外環の地上部街路(外環の2)

外環の地上部街路(外環の2)は、高速道路の東京外かく環状道路(外環)のルート上に都市計画決定されています。

平成19年に高速道路の外環が高架方式から地下方式に都市計画変更されたことを踏まえ、東京都は、外環の地上部街路について、広く意見を聴きながら検討を進め、都の方針を取りまとめているとしています。その一環として、都は、公募による地域住民、都市計画線にかかる町会・商店会の代表、外環PI委員、都・国・区で構成する「外環の地上部街路に関する話し合いの会」を開催しています。

◇第8回「外環の地上部街路に関する話し合いの会」を開催します

今回は、「外環の地上部街路の必要性(整備効果)」などについて、話し合いを行う予定です。傍聴を希望する方は、当日、直接会場へお越しください。なお、傍聴は杉並区在住の方を優先させていただきます。会場の都合により、傍聴者多数の場合は、入場をお断りさせていただくこともありますので、ご了承ください。なお、第7回までの開催場所と会場が異なります。

【日時】9月17日(火)午後7時～9時(6時30分開場)

【場所】西荻地域区民センター(桃井4-3-2)

【申し込み】当日、直接会場へ

【その他】公共交通機関をご利用ください。第7回までの資料は、東京都都市整備局ホームページ <http://www.toshiseibi.metro.tokyo.jp/kiban/gaikaku/gairo-suginami.htm>と区ホームページに掲載しています

外環の地上部街路(外環の2) (下図の.....部分)



区からの お知らせ

子育て・教育

外国人学校に通学する児童・生徒の保護者の方へ

区では、外国人学校に通学する児童・生徒の保護者に、授業料などの負担を軽減するために補助金を交付しています。

◇対象
次の全ての要件にあてはまる方。

①学校教育法に基づく認可を受けた外国人学校に、義務教育相当年齢の児童・生徒を通学させている。

②児童・生徒が、杉並区の住民基本台帳に記載されていて、保護者と同一世帯である。

③児童生徒または児童生徒と同

一世帯の父母(どちらか一方も可)のいずれかが日本国籍以外である。

④授業料を納付している。

◇補助金額
月額7000円。前期(4月～9月分)と後期(10月～26年3月分)の2回に分けて申請により交付します。

◇申請方法
各学校により申請方法が異なります。詳細は、お問い合わせください。

なお、学校教育法に基づく認可を受けた外国人学校は、通学している学校に確認してください。

年金

国民年金への切り替えをお忘れなく

国民年金制度では、国内に居住する20歳以上60歳未満の全ての方に、国民年金への加入が義務付けられています。国民年金の加入種別は、次の三種類に分かれており、届け出は加入時だけでなく、種別が変わったときにも必要です。

◇国民年金の加入種別

- 第1号被保険者 自営業・学生・アルバイトなど。次の第2号被保険者・第3号被保険者以外の方。
- 第2号被保険者 厚生年金や共済組合に加入している方。
- 第3号被保険者 第2号被保険者に扶養されている配偶者の方。

第2号被保険者が退職すると第1号被保険者となり、届け出が必要です。また、その方に扶養されていた配偶者(第3号被保険者)がいる場合、その方も第1号被保険者への切り替えが必要で

その他

成年後見、遺言、相続相談会

「もし自分や家族の判断能力が衰えてしまったら...。本人の意思は、家族や財産は、どうすればいいの。」そんな不安を専門職が個別に相談に乗ります。

時 10月5日(土)午前10時～午後4時
場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師 相談員 司法書士、税理士、社会福祉士ほか
無料 申 電話で、杉並区成年後見センター ☎5397115
51へ(当日、会場でも受け付けます)

10月1日(火)から事業系有料ごみ処理券が新しくなります!

10月1日(火)から、事業系有料ごみ処理券の料金が変わります。お手元の旧料金の事業系ごみ処理券は、10月31日(木)までは使用できますが、11月1日(金)以降は、新しいごみ処理券を使用してください。

◇旧料金の事業系ごみ処理券は新しい券と交換できます
旧料金と新料金の差額をお支払いいただき、新しい券と交換します。券の交換場所は以下のとおりです。

▷交換場所=ごみ減量対策課管理係(区役所西棟7階)、杉並清掃事務所(成田東5-15-20)、杉並清掃事務所方南支所(方南1-3-4)
※粗大ごみは、品目ごとの手数料を一部値上げしますが、粗大ごみ処理券の変更はありません。

(事業系有料ごみ処理券の料金)

券種	現行	改定後
10ℓ券(1セット10枚)	610円	690円
20ℓ券(1セット10枚)	1220円	1380円
45ℓ券(1セット10枚)	2740円	3100円
70ℓ券(1セット5枚)	2135円	2415円



▲新しい事業系有料ごみ処理券
区ごみ減量対策課、杉並清掃事務所 ☎3392-7281
・同方南支所 ☎3323-4571

採用情報

非常勤保育士(嘱託員)

区内立保育園または区保育室における保育業務(関連業務を含む)▽勤務期間 12月1日～26年3月31日(年度単位で5回まで更新可。ただし、65歳に達した年度末で退職)▽勤務日時 11月16日勤務(土曜日勤務あり。日曜日、祝日は除く)午前7時

30分～午後7時45分(実働7時間45分(交代制))▽勤務場所 区内立保育園39カ所および区保育室7カ所のいずれか(勤務園は年度途中を含め異動となる場合があります)▽資格 12月1日現在65歳未満で、都道府県知事の保育士登録を受けている方(11月30日までに登録見込みの方も可)▽募集人数 若干名▽報酬 月額17万4000円(25年度実績。実務経験による報酬加算あり)▽その他 社会保険加入。有給休暇・被服貸与あり。交通費支給(上限あり) 申 申込書(保育課管理係(区役所東棟3階)で配布。区ホームページからも取り出せます)に保育士証の写し(または取得見込み証明書原本)を添えて、10月11日午後5時(必着)までに保育課管理係へ簡易書留で郵送または持参 同係 他 (1)書類選考合格者には面接を実施(10月28日～30日を予定)(2)選考結果の発表は11月中旬(3)応募書類は返却しません(4)採用決定後、所定の健康診断書(費用は自己負担)を提出していただきます

その他

「もし自分や家族の判断能力が衰えてしまったら...。本人の意思は、家族や財産は、どうすればいいの。」そんな不安を専門職が個別に相談に乗ります。

時 10月5日(土)午前10時～午後4時
場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師 相談員 司法書士、税理士、社会福祉士ほか
無料 申 電話で、杉並区成年後見センター ☎5397115
51へ(当日、会場でも受け付けます)

杉並区総合文化祭

【会場】セッション杉並(梅里1-22-32) / 謡曲大会のみ杉並能楽堂(和田1-55-9)【種目・日時・内容】下表のとおり【費用】無料(一部有料あり)【申し込み】当日、直接会場へ(先着順)。一部事前申込制【問い合わせ】社会教育センター ☎3317-6621

種目	日時・内容
華道展	9月27日(金)～10月2日(水)午前10時～午後5時
書道展※、絵手紙展	10月4日(金)～8日(火)午前10時～午後5時
点茶会	10月12日(土)=表千家・江戸千家▷13日(日)=素心庵静月流・久田流/いずれも午前10時～午後3時 費 2席で1000円
石の美展、盆石展、写真展	10月12日(土)～16日(水)午前10時～午後5時
アマ美連盟美術展※	10月18日(金)～22日(火)午前10時～午後5時
美術作品展	10月26日(土)～30日(水)午前10時～午後5時(30日は4時30分まで。30日午後1時30分～4時はギャラリートーク)
将棋大会	10月6日(日)午前10時～午後4時 費 1000円。女性・高校生以下500円
コーラス大会	10月6日(日)午前10時～午後8時
①謡曲大会②奇術大会	10月12日(土)①午前10時～午後7時②午後1時30分～3時30分
俳句大会	10月13日(日)午前11時～午後5時 内 師 講演「はいくの心」(俳人・上田日差し)。選句発表会
親子フェスティバル	10月13日(日)午後1時～4時 内 吹奏楽・バレエ・コーラス・フラダンス・パントマイム・マジック ほか
囲碁大会(事前申し込み。右記参照)	10月19日(土)午前9時30分～午後4時30分 内 個人戦・団体戦(事前受け付け) 費 個人戦1000円。団体戦1チーム5000円
洋舞フェスティバル	10月19日(土)午後4時30分～8時
短歌大会※	10月20日(日)正午～午後5時 内 師 講演「心に韻く時代のうた―杉並ゆかりの歌人・富野小路禎子ほか」(歌人・秋元千恵子)。短歌コンクール作品講評
①謡曲大会②民謡舞踊大会	10月20日(日)①午前10時～午後5時30分②午前10時～午後6時
歴史文化講演会	10月26日(土)午後1時30分～3時30分 内 師 講演「寛永寺徳川将軍家御裏方靈廟の調査」(今野春樹) 費 300円
三曲演奏会	10月26日(土)午前11時～午後5時30分
吟剣詩舞道大会	10月27日(日)午前10時～午後1時
舞踊大会(区民無料招待枠あり。右記参照)	10月27日(日)午後3時～6時 内 日本舞踊 費 3000円
区民文化の日 舞台部門	11月3日(祝)午後0時30分～5時
区民文化の日 展示部門(右記参照)	11月1日(金)～3日(祝)午前10時～午後5時

※書道展・アマ美連盟美術展・短歌大会の作品応募は、社会教育センターへお問い合わせください。

◆囲碁大会 参加者募集◆

時 10月19日(土)午前9時30分～午後4時30分 内 ①5名による団体戦②個人戦/いずれも段級差1子のハンディキャップ戦 内 区内在住・在勤・在学の方 費 ①5000円②1000円(申込)ハガキに選手名(団体は代表者氏名と5名全員の氏名)、段級位、連絡先、団体か個人かを書いて、9月30日(必着)までに区囲碁連合会・本木伊佐夫(〒191-0011日野市日野本町1-12-37)へ 内 本木 ☎042-584-9485

◆舞踊大会に100組200名を無料招待◆

時 10月27日(日)午後3時～6時(申込)往復ハガキ(9面記入例参照)で、9月30日(消印有効)までに社会教育センター(〒166-0011梅里1-22-32)へ(抽選) 内 区舞踊連盟・藤間 ☎090-1816-0007

◆「区民文化の日」展示部門 作品募集◆

時 11月1日(金)～3日(祝)午前10時～午後5時(作品搬入は10月31日午前10時～11時。搬出は11月3日午後5時) 内 募集内容 = 木彫り、陶芸、皮細工、刺しゅう、生け花、ステンドグラス、パッチワークほか。自由な発想の作品歓迎(絵画、写真、書道以外) / 個人 = 1人1点。団体 = 展示パネル1枚または机1台に展示できるもの(いずれも自力で運搬できるもの) 費 無料(申込)往復ハガキ、ファクスまたはEメール(9面記入例参照)に作品の種類・大きさ・内容・展示方法(机上平置きか壁掛け)、個人・団体の別(団体の場合は出品点数)も書いて、9月20日(必着)までに、社会教育センター(〒166-0011梅里1-22-32) FAX 3317-6620 ☎ shakyo-c@city.suginami.lg.jp へ(抽選) 内 社会教育センター ☎ 3317-6621

情報ぽけっと

区の後援・その他の催し・講座など

——申し込みは、各団体へ——

催し

★杉並が誇る若きバイオリン奏者～城戸かれん 9月26日(水)午後7時 杉並公会堂
出演＝日本フィル桂冠指揮者・小林研一郎(指揮)、城戸かれん(バイオリン)、日本フィルハーモニー交響楽団(管弦楽)▷**曲目**＝ブルッフ「バイオリン協奏曲第1番」ほか 小学生以上の方 費S席5000円ほか
申込・**電話**で、杉並公会堂 ☎5347-4450へ

★コーロ・ラ・ヴォーチェ 10周年記念公演
 9月10日(日)午後6時30分 杉並セシオン杉並
出演＝樋口達哉(テノール)、豊島雄一(バリトン)、垣岡敦子・佐藤篤子(ソプラノ)、川崎やよい(メソソプラノ)、コーロ・ラ・ヴォーチェ(合唱)▷**曲目**＝オペラ「トゥランドット」ほか 定500名(申込順) 費4500円(申込)チケット販売窓口＝コミュニティかるシヨップ 塩出 ☎5934-6936

★古典派に穿ぐむファンタジー、ロマン派への架け橋～日本フィル杉並公会堂シリーズ2013 9月26年1月19日(日)午後3時 杉並公会堂
出演＝山下一史(指揮)、上原彩子(ピアノ)、日本フィルハーモニー交響楽団(管弦楽)▷**曲目**＝モーツァルト「ピアノ協奏曲第20番」ほか 小学生以上の方 費S席5000円ほか(申込)・**電話**チケット発売日＝10月5日(土)▷**チケット販売窓口**＝杉並公会堂 ☎5347-4450(電話)チケット発売初日は、電話予約のみの受け付けです

★収蔵資料にみる女子美の歩み 9月26年3月16日(日)までの午前10時～午後5時(火・日曜日、祝日、年末年始を除く) 女子美術大学(和田1丁目) 1901年の開校時に設置された各学科の歴史資料などの展示 費無料(申込)当日、直接会場へ 女子美術大学歴史資料室 ☎5340-4658

★角川庭園で、名月を楽しむ会～お茶会
 9月19日(水)①午後5時15分②6時15分(各回45分) 角川庭園 せんおう会・水町宗江 各回5名(先着順) 費無料(申込)当日、直接会場へ 角川庭園 ☎6795-6855(電話)名月にまつわる名句の展示あり(午後5時～7時30分)。来館者には記念品を差し上げます

★2013西荻・平和まつり 9月23日(祝)午後1時～5時 西荻南公民集会所＝講演(ドイツ文学者・池田香代子。70名(先着順))ほか②隣接公園＝パネル展示など 費無料(申込)当日、直接会場へ 西荻・平和まつり実行委員会 赤坂 ☎3394-4360

★ボーイスカウトとアウトドアを楽しもう
 9月23日(祝)午後1時～3時 井草森公園 幼稚園年長～小学3年生のお子さんとその保護者 定30組(申込順) 費無料(申込)ファクス(9面記入例参照)で、9月20日までにボーイスカウト杉並第11団 費3395-2593へ 篠原 ☎3395-2525(電話)汚れてもいい服装(ズボン)でお越しください

★ボーイスカウト1日体験 9月29日(日)午前10時～午後1時 阿佐谷神明宮(阿佐谷北1丁目) 区内内在住で幼稚園・保育園年長～小学生のお子さんとその保護者 定50名(先着順) 費無料(申込)当日、直接会場へ ボーイスカウト杉並第12団・広瀬 ☎3336-5791

★ハート&ハンド イベント～楽しく学び、楽しく遊ぼう 9月28日(土)午前10時～午後3時 湯風会(高井戸西1丁目) 障害者とその家族 定100名(申込順) 費300円(障害者とボランティアは無料) (申込)・**電話**またはファクスで、杉並区肢体不自由児者父母の会・島津 ☎3316-9847へ

★音楽と落語の宅配便 9月25日(水)午後8時 湯そば処 中屋(西荻北4丁目) 歌声喫茶と古典落語▷**出演**＝濱乃志隆 定50名(先着順) 費1000円(申込)当日、直接会場へ 商店街ギャラリー・清水 ☎080-3412-2439

★東京土建まつり～住宅デースペシャル
 9月29日(日)午前10時～午後3時 杉並第十小学校、蚕糸の森公園 住宅相談、工作教室ほか 費無料(申込)当日、直接会場へ 東京土建杉並支部・藤澤 ☎3313-1445(電話)包丁研ぎ・まな板削りは行いません

★UNHCR難民映画祭 9月30日(月)午後6時30分＝「おれたちには、家がない」(90分)▷10月3日(木)午後6時30分＝「異国に生きる～日本の中のビルマ人」(100分)▷5日(土)午前11時＝「流されて～ミンダナオ、無国籍者の子どもたち」(59分)、午後2時30分＝「ダブリンの嵐～もう一つのギリシャ危機」(51分)、5時30分＝「トンブクトウのウッドストック」(90分) 明治大学和泉図書館(永福1丁目) 各回100名(先着順。各回60分前に入場整理券配布) 費無料(申込)当日、直接会場へ 同大学和泉教務事務局 ☎5300-1135(電話)一部バリアフリー上映あり。詳細は、同映画祭ホームページ <http://unhcr.refugeefilm.org/2013/>をご覧ください

★舞台劇「ぼくはアフリカにすむキリンといます」 10月6日(日)午後2時～2時55分 杉並公会堂
出演＝劇団仲間 区内内在住の方 定190名(申込順) 費2500円(4歳以上。子育て応援券利用可。3歳までは大人の膝上可) (申込)Eメール(9面記入例参照)に子育て応援券利用の有無も書いて、10月5日までに杉並親子劇場・渡辺 suginamiyokogekijou@jcom.home.ne.jpへ 渡辺 ☎3331-4381

★済美バザー 10月19日(土)午前10時～午後3時 済美職業実習所(堀ノ内1丁目) バザー、模擬店、グループホーム公開など(申込)当日、直接会場へ 済美職業実習所 ☎3312-0566(電話)バザー品を募集しています(中古衣料・大型家電・大型家具を除く)

講演・講座

★子どもに気持ちが伝わる話し方～講演会
 9月20日(金)・27日(金)午前10時～正午 高井戸児童館 親業訓練協会認定インストラクター・田中満智子 就学前のお子さんを持つ保護者 各回25名(申込順) 費各回2000円(お支払は無料。子育て応援券利用可) (申込)Eメール(9面記入例参照)。年齢不要)に希望日、「広報すぎなみ」を見た旨、お子さんが同伴する場合はその名前も書いて、すぎなみ Kids mail@suginamikids.comへ 同団体・西端 ☎090-7491-3841

★家づくり講座～快適で地震に強い家の造り方 9月23日(祝)午後1時30分～5時 あんさんぶる荻窪 講演と個別住宅相談 一級建築士・荒木毅ほか 定30名(申込順) 費500円(申込)ファクス(9面記入例参照)。年齢不要)で、NPO法人家づくりの会 費5360-8062へ 同会 ☎5360-8061(月～土曜日、午後1時～5時(祝日を除く))

★年金で楽しい海外生活を! 9月25日(水)午後1時30分～3時30分 高井戸地域区民センター 年金でできる海外長期滞在の方法の説明 健康生きがいづくりアドバイザー・塩見道夫 区内内在住・在勤の方 定60名(先着順) 費500円(申込)当日、直接会場へ 塩見 ☎090-6023-1636

★マンション管理士によるセミナー「将来に備えたマンション建替えの基礎」 9月25日(水)午後6時30分～8時 阿佐谷地域区民センター 講演と個別相談会 老朽化マンション対策会議幹事・大木祐祐、荻窪マンション管理士会代表理事・高橋伸夫 区マンション管理組合役員・区分所有者等 定40名(申込順) 費無料(申込)ファクス(9面記入例参照。年齢不要)で、9月23日までに荻窪マンション管理士会事務局 費5397

自然満喫♪日帰りバスツアー～小千谷の秋

区の交流自治体・新潟県小千谷市の景勝地、山本山にある農業体験農園「おぢやクラインガルテンふれあいの里」で大根やニンジン、ブロッコリーなど秋野菜の収穫や、築160年の古民家を改修した農家民宿「おっこの木」で田舎料理を堪能するなど、秋の小千谷を満喫します。

9月19日(土) 新潟県小千谷市▷**行程**＝JR阿佐ヶ谷駅南口(午前7時出発)→秋の里山散策→古民家「おっこの木」で田舎料理の昼食→「おぢやクラインガルテンふれあいの里」の施設見学と秋野菜収穫体験→お買い物→JR阿佐ヶ谷駅南口(午後8時頃着) 定40名(申込順) 費7800円(申込) 電話で、おぢやファンクラブ事務局 ☎0120-118-441(午前9時～午後6時)へ ①食事は昼食のみツアー代金に含まれています②天候によりスケジュールを変更する場合があります

ー0686へ 同事務局 ☎5397-0686

★映画会「ちづる」&講演会 9月28日(土)午後1時 高円寺障害者交流館 映画上映、映画を製作した監督の講演会 師崎正和 区内内在住の方 定80名(申込順) 費無料(申込)ファクス(9面記入例参照)で、NPO法人一休会 費3267-2023へ 同団体 ☎3313-7052

★要介護者のための外出支援サポーター養成講座 9月27日(金)＝講演「“おでかけ”は最高のリハビリ！」②10月4日(金)＝「傾聴&ワークショップ」③11日(金)・18日(金)のいずれか＝「介助実技とまち歩き」/いずれも午後1時～5時。計3回 あんさんぶる荻窪 定20名(申込順) 費無料(申込)・**電話**またはファクス(9面記入例参照)で、NPO法人おでかけサービス杉並 ☎6425-8584 費5397-1755へ

★学習会「TPPで医療・医薬品はどうなるの？」 9月28日(土)午後2時～4時 あんさんぶる荻窪 ノンフィクション作家・山岡淳一郎 定65名(先着順) 費無料(申込)当日、直接会場へ 高野 ☎3396-6784(電話)主催＝杉並区消費者グループ連絡会

★土曜学校「見直そうコミュニティー」～子どもたちの未来を拓くために 9月28日(土)午後6時30分～8時30分 産業商工会館 和田中学校元校長・藤原和博 定160名(申込順) 費500円(高校生以下は無料) (申込)ファクス(9面記入例参照)で、9月24日までに日本建築家協会杉並地域会・坂野 費3220-5593へ 坂野 ☎3220-5100

★区民のための授業公開(総合科目B)～女性リーダーたちに学ぶ 10月1日～12月17日の毎週火曜日、午前10時40分～午後0時10分 高千穂大学 川名和美ほか 区内内在住・在勤で18歳以上の方(区内在住の方優先) 定170名(申込順) 費無料(申込)往復ハガキ(9面記入例参照)で、9月24日(必着)までに高千穂大学学務部教務課総合科目B係(〒168-8508 大宮2-19-1)へ 同課 ☎3313-0146

★いちからのパソコン講座 10月3日(木)・10日(木)午後1時～3時30分(計2回) 杉並青色申告会(阿佐谷南3丁目) 初心者へ向けた基礎知識ほか NPO法人わくわくネット 区内内在住の方 定15名(申込順) 費4000円(申込)・**電話**またはファクス(9面記入例参照)で、10月2日までに杉並青色申告会・佐久間 ☎3393-2831 費3393-2864へ

★明治大学リバティアカデミー和泉キャンパス講座～日本近代文学と家族の〈風景〉「戦後編」 10月5日～26日の毎週土曜日、午後2時～3時30分 明治大学和泉キャンパス(永福1丁目) 農学部教授・松下浩幸 区内内在住・在勤・在学で18歳以上の方 定60名(申込順) 費2000円(申込)・**電話**で、明治大学リバティアカデミー事務局 ☎3296-4423へ

★被爆者と区民の交流セミナー～68年を超えてヒロシマ・ナガサキから 10月5日(土)午後1時30分～4時 高円寺障害者交流館 ①「被爆証言」被爆者として今語り伝えたいこと / 「風に消されたきのご雲」(山村淑子〈広島〉)、「長崎の被爆者から福島の皆様へ」(山本英典〈長崎〉)

▷**第2部**＝講演「ヒロシマと私」(女優・斉藤とも子) 定90名(先着順) 費無料(申込)当日、直接会場へ 杉並光友会・原田 ☎080-1128-1538

★河北健康教室 心臓病教室 10月6日(日)午後2時～3時30分 阿佐谷地域区民センター 副院長・杉村洋一ほか 定20名(先着順) 費無料(申込)当日、直接会場へ 河北総合病院広報室 ☎3339-5724(月～土曜日 午前9時～午後5時)

★介護食調理実習セミナー 10月9日(水)・16日(水)・23日(水)・30日(水)午後2時～4時(計4回) 高井戸地域区民センター 管理栄養士・品川喜代美 区内内在住・在勤・在学の方 定20名(申込順) 費6000円(申込)・**電話**または直接、高井戸地域区民センター総合受付 ☎3331-7841へ

その他

★不動産無料相談会 9月25日(水)午前10時～午後4時 区役所1階ロビー 土地建物売買、賃借、不動産相続、住宅ローンほか(申込)当日、直接会場へ 東京都宅地建物取引業協会杉並支部 ☎3311-4937(電話)関係書類がある場合は持参してください

★税金なんでも相談会 9月28日(土)午前9時～正午 東京税理士会荻窪支部(荻窪5丁目) 費無料(申込)・**電話**で、東京税理士会荻窪支部 ☎3391-0411(午前9時30分～午後5時(正午～午後1時を除く))へ ①相談時間は1人45分程度②詳細は、同支部のホームページをご覧ください

★複式簿記説明会 10月1日(火)▷**事業所得**＝午前10時～11時30分▷**不動産所得**＝午後2時～3時30分 杉並青色申告会(阿佐谷南3丁目) 事業所得者および不動産所得者 各回20名(申込順) 費各回500円(申込)・**電話**またはファクス(9面記入例参照)で、9月30日までに杉並青色申告会 ☎3393-2831 費3393-2864(電話)長寿応援対象事業

★すぎなみ環境ネットワーク事務補助職員募集 施設利用受付業務ほか▷**勤務期間**＝11月1日～26年3月31日(4回まで更新可。ただし67歳に達した年度末で退職)▷**勤務日時**＝月10日前後。①午前8時20分～午後5時20分②午後5時15分～10時15分の2交替制▷**勤務場所**＝あんさんぶる荻窪▷**募集人数**＝若干名▷**報酬**＝時給①850円②980円(申込)履歴書と作文「環境について考えていること」(様式自由。800字以内)を、9月27日(必着)までにすぎなみ環境ネットワーク(〒167-0051 荻窪5-15-13 あんさんぶる荻窪4階)へ郵送または持参 同団体 ☎5347-2255(電話)書類選考合格者には面接を実施②応募書類は返却しません

★杉並区社会福祉協議会 非常勤職員募集(産休代替) ①地域福祉推進事業に関わる支援、相談および事務②介護保険認定調査とその連絡調整業務▷**勤務場所**＝杉並区社会福祉協議会▷**採用予定日**＝①11月18日②12月1日▷**資格**＝①不問②介護支援専門員有資格者▷**募集人数**＝各1名(申込)申し込み方法、選考方法などの詳細を募集要項(同会ホームページ <http://www.sugisyakyo.com>をご覧ください)で確認の上、必要書類を10月11日午後5時(必着)までに杉並区社会福祉協議会総務係(〒167-0051 荻窪5-15-13 あんさんぶる荻窪5階)へ郵送または持参 同係 ☎5347-1010



競技大会

●区民体育祭

◇アーチェリー

○予選=9月22日(日)▷決勝=10月27日(日) / いずれも午前9時~午後5時 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 内種目=ターゲット・リカーブ(一般男子・女子、18mの部(男女混合)、新人男子・女子、少年の部(男女混合)) 対区内在住・在勤・在学で小学5年生以上の方(大学生で学連登録者は除く) 費200円(申込)予選日に、直接会場へ 区アーチェリー協会・小杉 3390-6839(午前9時~午後9時)

◇フォークダンス

○9月29日(日)午前10時~午後2時30分 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 対区内在住・在勤で小学生以上の方(小学生は保護者同伴) 費無料(申込)当日、直接会場へ 区フォークダンス連盟・野田 3394-2300 他①動きやすい服装で、かかとが低い靴を持参してください②先着80名には軽食・飲み物付き

◇卓球

○10月13日(日)午前9時 荻窪体育館(荻窪3-47-2) 内種目=男女別シングルス=小学生、中高生、一般、40歳代、50歳代、60歳代、70歳以上 対区内在住・在勤・在学の方 費シングルス1種目1000円(高校生以下500円) / 郵便局「00160-8-694963 杉並区卓球連盟」へ振り込み(申込)申込書(区体育施設で配布)を9月17日~27日(必着)に、区卓球連盟・三浦弘子(〒168-0065 浜田山2-11-9)へ郵送 関横尾 3315-4862

◇バレーボールシニア大会

○10月13日(日)午前9時 女子=上井草スポーツセンター(上井草3-34-1)▷男子=妙正寺体育館(清水3-20-12) 内種目=男子・女子(9人制) 対区内在住・在勤の方で25年度の年齢が、男子40歳以上・女子50歳以上で編成されたチーム 費1チーム3000円(当日) (申込)申込書(区体育施設で配布)を、10月1日(必着)までに区バレーボール協会・永野明美(〒167-0023 上井草2-40-28)へ郵送 関永野 3397-2786 他①代表者会議を10月8日(火)午後2時から妙正寺体育館で行います②車での来場はご遠慮ください

◇バドミントン(一般の部)

○10月13日(日)②27日(日)午前9時 大宮前体育館(宮前2-11-11) 内種目=①単=男子1部・2部、女子1部・2部、複=女子シニア45歳以上1部・2部、男・女合計120歳以上の部②複=男子1部・2部・3部、女子1部・2部 対区内在住・在勤・在学の方 費単800円。複1組1600円 / 郵便局「00130-8-724117 杉並区バドミントン連盟」へ振り込み(申込)申込書(区体育施設で配布)と振替受領書の写しを、①は9月26日②は10月11日(いずれも必着)までに区バドミントン連盟・宇田川孝(〒166-0015 成田東4-38-20 ミカドスポーツ内)へ郵送 関山口 090-8491-5663

◇ボウリング

○10月14日(日)午前9時 荻窪ユアポウル(上荻1-16-16) 内種目=一般男子・女子(高校生~満59歳)、シルバー男子・女子(満60歳以上) / いずれも個人戦で年齢は25年4月1日現在 対区内在住・在勤・在学の方 定60名(申込順) 費1500円。高校生1000円(当日) (申込)ハガキ(9面記入例参照)または申込書(区体育施設、地域区民センターおよび会場などで配布)を郵送またはファクスで、9月29日(必着)までに大会係・坂本修二(〒166-0015 成田東4-36-20 FAX3317-4564)へ 関坂本 080-3201-4361

◇ターゲットバードゴルフ

○10月19日(土)正午~午後3時(予備日26日(土)) 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 対区内在住・在勤・在学のバードゴルフ経験者 定50名(申込順) 費無料 (申込)往復ハガキ(9面記入例参照)で、9

⑤の教室は、杉並区公共施設予約システム「さざんかねっと(スポーツ施設)」から申し込みできます。スポーツ施設用の個人利用者登録が必要です。申し込みは9月11日午前8時30分からハガキ締切日まで。

月24日(必着)までに区ターゲットバードゴルフ協会・島田裕光(〒167-0043 上荻4-17-21)へ 関島田 5930-8642(午前8時~午後8時) 他ゴルフクラブ(PW)をお持ちの方は持参してください

◇ゲートボール

○10月20日(日)午前9時~午後5時(予備日27日(日)) 下高井戸運動場(下高井戸3-26-1) 対区内在住・在勤・在学の方で編成されたチーム(1チーム主将を含む5名以上8名以内。年齢・性別不問) 費1チーム2000円(申込) 関電話で、9月24日までに区ゲートボール連盟・小泉敏明 5930-7943(午後7時~10時)へ

◇ソフトボール

○10月20日(日)・27日(日)午前9時~午後5時(予備日11月3日(祝)) 和田堀公園(大宮1-6) 内種目=男女混合(スローピッチ) 対区内在住・在勤・在学で18歳以上の女子または65歳以上の男子を2名以上含めた混合チーム。ただし、男子または女子のみでも参加可(ハンデあり) 定16チーム(申込順) 費1チーム4000円(連盟加盟チームは免除。代表者会議で集めます) (申込) 関電話で、10月4日までに区ソフトボール連盟・永井 3335-1022(午前9時~午後7時(正午~午後4時を除く))へ。申込用紙を送付します 他代表者会議を10月5日(土)の午後7時から荻窪体育館で開催します

スポーツ教室

●上井草スポーツセンターのサッカー教室

◇プレキッズ&マミーサッカー教室

○10月2日(水)・9日(水)・16日(水)①2歳児クラス=午前10時~10時50分②3・4歳児クラス=11時~11時50分 対区内在住・在勤(保護者)・在学で2~4歳のお子さんと保護者 定各日各クラス20組40名(申込順) 費各回1組500円(子育て応援券利用可)

◇女性のためのサッカー教室

○10月6日(日)午後3時20分~4時50分 対区内在住・在勤・在学で16歳以上の女性 定20名(申込順) 費500円

◇なでしこサッカークリニック~女子限定

○10月27日(日)午後3時20分~4時50分 対区内在住・在勤(保護者)・在学の小中学生の女子 定20名(申込順) 費500円

◇放課後エンジョイフットボール

○10月3日(木)・10日(木)・24日(木)・31日(木) / 午後4時~5時=小学1~3年生、5時30分~6時45分=小学4~6年生 対区内在住・在学の小生 定各日各クラス30名(申込順) 費各回500円

●中級者硬式テニス教室 ⑤教室番号「1587」

○10月5日~11月9日の毎週土曜日、午前9時~11時(計6回。予備日11月16日(土)・30日(土)) 松ノ木運動場 対区内在住・在勤・在学で16歳以上の中級者 定22名(抽選) 費6000円(申込)往復ハガキ(9面記入例参照)で、9月22日(必着)までに松ノ木運動場(〒166-0014 松ノ木1-3-22)へ 関同運動場 3311-7410

●シニア・チャレンジ・スポーツ教室

①初めての太極拳

○10月6日(日)午前9時~11時 区太極拳連盟 定30名(申込順) 費200円

②初めてのユニカール

○10月8日(火)午前11時~午後1時 区ユニカール協会 定20名(申込順) 費500円

③初めてのソシアルダンス

○10月12日(土)午後1時~3時 区ダンススポーツ連盟 定30名(申込順) 費200円

―― 〈いずれも〉―― 関・荻窪体育館(荻窪3-47-2) 3220-3381 対区内在住で50歳以上の方(申込)電話で、同体育館へ 他①③は同時時間帯に個人利用として部分開放しています

「東京杉一クラブ」が全日本バレーボール小学生大会で優勝しました

「東京杉一クラブ」の男子チームが、8月13日~16日に行われたファミリーマートカップ第33回全日本バレーボール小学生大会に東京代表として出場し、5年ぶり2回目の優勝を果たしました。杉一クラブでは区内9つの小学校のほか、近隣区から練習に参加する児童など、小学1~6年生30名(男14名、女16名)が、日々練習に励んでいます。宇賀田真一監督は「日本一になりたいという子どもたちの強い想いと、チームワークが勝ち取った勝利だと思います。」と話し、また、キャプテンの尾野慎太郎さんは、「これからも、監督の『誰でもできることをさぼらず続ける、ずっと続ける、それが日本一のチームへと導くんだ』という言葉をおぼれずに努力し、次は東京・関東完全制覇を目指します!」と話していました。



▲8月28日(水)、区役所で優勝報告会が行われました

田中良区長は「たくさんの悩みや困難をしっかりと乗り越える中で、一人の人間として著しく成長したと思います。」と挨拶し、子どもたちの健闘をたたえとともに、これからのさらなる活躍に期待を寄せました。

関スポーツ振興課

●高井戸温水プールの教室

◇初心者少数ヨガ教室

○10月10日~11月28日の毎週木曜日、午前9時30分~10時30分(計8回) 定10名(抽選) 費8000円 他プール更衣室、シャワー室の利用可能。動きやすい服装でお越しください

◇初心者ボール運動教室

ゴム製のボールを使ったレクリエーション要素のあるプログラムです。○10月10日~11月28日の毎週木曜日、午前11時~正午(計8回) 定10名(抽選) 費8000円 他プール更衣室、シャワー室の利用可能。動きやすい服装でお越しください

◇ソフトウオーキング

水中でのウォーキングを取り入れた、有酸素運動を行います。

○10月15日~12月17日の毎週火曜日、午前10時~10時50分(計10回) 定20名(抽選) 費5000円 他水泳帽子を持参してください

◇ストレッチ&アクア

水中での有酸素運動を行います。○10月15日~12月17日の毎週火曜日、午前11時~11時50分(計10回) 定20名(抽選) 費5000円 他水泳帽子を持参してください

―― 〈いずれも〉―― 関・高井戸温水プール(〒168-0072 高井戸東3-7-5) 3331-7841 対区内在住・在勤・在学で16歳以上の方(申込)往復ハガキ(9面記入例参照)に希望教室名と性別も書いて、9月21日(必着)までに同プールスポーツ教室へ 他当選した方は9月30日までに、窓口でお支払いください

●杉十小温水プールの教室

◇幼児 水泳教室

○10月19日~12月21日の毎週土曜日、正午~午後1時(計10回) 対区内在住の4~6歳で就学前のお子さん 定21名(抽選)

◇小学生 水泳教室

○10月19日~12月21日の毎週土曜日、午後1時~2時(計10回) 対区内在住・在学の小学1~3年生 定24名(抽選)

―― 〈いずれも〉―― 関杉十小温水プール 区水泳連盟講師 費各8000円(申込)往復ハガキ(9面記入例参照)に希望教室名も書いて、9月21日(必着)までに同プール(〒166-0012 和田3-55-49)へ 関同プール 3318-8763 他保護者の送迎が必要です

●アーチェリー初心者教室

○10月5日(土)~26年3月23日(日)の第1・3土曜日と第2・4日曜日、午後1時~5時(計21回。区後援) 上井草スポーツセンター(上井草3-34-1) 対区内在住・在勤・在学で小学4年生以上の方(小学生は保護者同伴) 定15名(抽選) 費1カ月分は無料。それ以降は1回500円(中学生以下は300円)。ただし各自保険(上井草スポーツセンター受付で1日150円)に加入してください。または会員登録すると年間6850円(中学生以下3800円。保険料含む)で参加

できます(申込)往復ハガキ(9面記入例参照)に性別も書いて、9月26日(必着)までに区アーチェリー協会・小杉英雄(〒167-0042 西荻北4-33-12)へ 関小杉 3390-6839(午前9時~午後9時)

●永福体育館の教室

①レベルアップ卓球教室

○10月21日~12月16日の毎週月曜日、午後3時~5時(計8回。11月4日を除く) 関国広哲弥 対区内在住・在勤・在学で16歳以上の初級・中級者 定40名(抽選) 費6000円

②女性のためのボクシングフィットネス教室

○10月22日~12月10日の毎週火曜日、午前11時15分~午後0時45分(計8回) 関飯田覚士 対区内在住・在勤・在学で16歳以上の女性 定40名(抽選) 費4800円

―― 〈いずれも〉―― 関永福体育館(申込)往復ハガキ(9面記入例参照)に①は初級・中級のいずれかも書いて、10月1日(必着)までに同体育館(〒168-0064 永福3-51-17)へ 関同体育館 3328-3146 他2歳~就学前の託児あり(事前申込制。1回500円。定員あり)

その他

●第50回ふれあい運動会

障害のある方もない方も一緒にスポーツを楽しむことにより、相互のふれあいと理解を深め、障害者福祉の向上を図ることを目的に、今年も開催します。(区共催)

○10月12日(土)午前10時~午後3時 杉並第十小学校(和田3-55-49) 内車いすリレーやビーチボール送りなど 対区内在住の障害のある方とその介助者、区内在住・在勤・在学の方 費無料(申込)競技参加を希望する方は所属する団体・施設などに事前にお申し込みください。所属していない方はお問い合わせください 関障害者施策課管理係 FAX3312-8808

●永福体育館 体育の日スポーツフェスティバル・フリーマーケット出店者募集!

○10月14日(日)午前10時~午後3時(雨天中止) 関永福体育館 対区内在住・在勤の方(業者出店不可) 定募集区画=8区画(1区画1.5m×2.5m。抽選) 費無料(申込)往復ハガキに「フリーマーケット出店希望」①住所②氏名③日中連絡がつく電話番号④主な出店品目(食品は不可)を書いて、9月24日(必着)までに永福体育館(〒168-0064 永福3-51-17)へ 関同体育館 3328-3146 他搬入のみ車の利用ができます

訂正とおわび 9月1日付広報9面スポーツ「区民卓球教室 初心者~中級者向け」の費用は3000円、11面講演・講座「カップルで取り組むワークライフバランス」の開催場所は高井戸地域区民センター(高井戸東3-7-5)の誤りでした。

10月14日(祝) ★体育の日イベント★

注意

申し込みが「往復ハガキ・ファクス」の場合は、①イベント名②郵便番号・住所③氏名(フリガナ)④年齢⑤電話番号と各欄に表記の内容を記入し、各施設へ(抽選)。※デモンストレーション・エキシビジョン・発表会は見学のみです。

会場	イベント名・時間・対象(区内在住・在勤・在学の方)・定員(抽選、申込順または先着順)	申し込み方法
◇上井草スポーツセンター(〒167-0023上井草3-34-1 ☎3390-5707) ※9月20日金発行の同センターチラシ・ホームページもご覧ください。		
体育館	<ul style="list-style-type: none"> ◇体力測定・体組成測定 ①午前10時～正午②午後1時～4時 ③16歳以上の方 ◇肩こり腰痛予防ストレッチ ①午前10時30分～11時 ②16歳以上の方 ③20名 ◇バランスボール ①午前11時30分～正午 ②16歳以上の方 ③15名 ◇初心者ピラティス ①午後1時30分～2時 ②16歳以上の方 ③20名 ◇障害者教室 フライングディスク ①午前10時～11時30分 ◇チャアリーディング ①午後1時～2時30分 ②年中～中学生で①初心者②経験者 ③各30名 ◇カラフィット ①午後3時～3時50分②4時～4時50分③5時～5時50分 ④14歳～小学3年生とその保護者⑤小学4年生以上の方⑥60歳以上の方 ⑦①25組50名②③各40名 	当日、直接会場へ
小体育室	<ul style="list-style-type: none"> ◇チャレンジ「鉄棒・跳び箱」小学生編 ①午前9時40分～10時10分 ②小学生 ③10名 ◇チャレンジ「鉄棒・跳び箱」幼児編 ①午前10時15分～10時45分 ②4歳～就学前のお子さん ③10名 ◇親子で楽しく体力作り ①午前11時～11時30分 ②2歳半～4歳児とその保護者 ③15組30名 ◇マタニティヨガ ①午前11時45分～午後0時45分 ②妊娠の経過が良好で16週以降の妊婦の方 ③30名 ◇産後ヨガ ①午後1時～2時 ②産後1～12カ月の乳児とその母親 ③20組40名 ◇親子でリズム体操 ①午後2時10分～2時35分 ②小学生とその保護者 ③15組30名 ◇転倒防止体操(高) ①午後2時40分～3時10分 ②60歳以上の方 ③30名 ◇パレト ①午後3時15分～4時 ②16歳以上の女性 ③50名 ◇ピラティス ①午後4時10分～4時55分 ②16歳以上の方 ③50名 ◇フラダンス ①午後5時～6時 ②16歳以上の女性 ③50名 	電話または直接、9月20日～30日までに同センターへ(10月1日以降、定員に空きがある場合は区外の方も申し込み可)
プール	◇元オリンピック選手・柴田隆一のバタフライを上手に泳ぐクリニック ①午後5時～5時55分②6時30分～7時45分 ③①は小学生で②は中学生以上で、それぞれ25mバタフライが泳げる方 ④各20名	
ゲートボール場 小運動場	<ul style="list-style-type: none"> ◇青空ヨガ ①午後3時～4時 ②16歳以上の方 ③30名 ◇みんなでエンジョイ! フットサル! ①午後4時30分～6時 ②16歳以上の方 ③40名 ◇ゲートボール体験会 ①午前9時～正午 ②4歳以上の方 ◇ニュースポーツ体験会「ベタンク」 ①午後1時50分～2時50分 	当日、直接会場へ(時間内自由参加)
プール	<ul style="list-style-type: none"> ◇はじめてのアクアピクス ①午前9時25分～9時50分 ②16歳以上の方 ③15名 ◇のびのび水中運動(高) ①午前10時～10時30分 ②60歳以上の方 ③15名 ◇びよびよ親子で水中運動 ①午前11時～11時30分②午後1時～1時30分(幼児プール) ③2歳半～4歳のお子さんとその保護者 ④各15組30名 ◇熱々! アクアピクス ①正午～午後0時30分 ②16歳以上の方 ③15名 ◇親子水遊び ①午前10時15分～10時35分②午後0時15分～0時35分③2時15分～2時35分 ④就学前のお子さんとその保護者 ◇チャレンジ①クローリング呼吸②平泳ぎのキック ①午後2時～2時40分 ②小学生以上で面がぶりクローリングで7m以上泳げる方 ③各8名 ◇4泳法(フンポイントアドバイス) ①午後3時～3時25分 ②16歳以上の方 ③10名 ◇タン講座 ①午後3時30分～3時55分 ②16歳以上の方 ③10名 ◇タイムトライアル ①午後4時～4時55分 ②25m以上泳げる方 	当日、直接プールへ(各教室開始時刻の30分前からプールサイドで受け付け開始)
トレーニングルーム 弓道場 1階オープンスペース	<ul style="list-style-type: none"> ◇初めてのトレーニング ①午前9時～午後8時50分 ②15歳以上の方(中学生を除く) ◇弓道体験会 ①午後1時～4時 ②小学3年生以上の方 ◇バルーンパフォーマンス ①午前11時～午後4時 	当日、直接会場へ(時間内自由参加)
テニスコート	<ul style="list-style-type: none"> ◇親子テニス教室 ①午前9時～11時 ②4歳～小学生のお子さんとその保護者 ③10組20名 ◇はじめてのテニス教室 ①午前11時10分～午後0時30分 ②16歳以上の方 ③10名 ◇テニス教室①初級・初中級②中上級・上級 ①午後1時30分～2時50分②3時～4時20分 ③16歳以上の方 ④各10名 	詳細は、お問い合わせください
野球場	<ul style="list-style-type: none"> ◇サッカーイベント(親子サッカー教室も行います) ①FC東京 ◇親子野球教室～上井草ベースボールアカデミー ②協力はシズミズオクトベースボールアカデミー ◇ハンドボール体験会 	
その他	<ul style="list-style-type: none"> ◇テニスコート終日無料開放 ◇プール・トレーニングルーム終日無料開放 ◇上井草の秘密を探せ!!かっぱからの挑戦状! (ウオーキングラリー) ①午前9時30分～午後4時30分 	当日、直接会場へ
◇杉十小温水プール(和田3-55-49 ☎3318-8763)		
プール	<ul style="list-style-type: none"> ◇①ウオーキング②アクアピクス ①午前10時～11時②11時～正午 ③各30名 ◇公開救助訓練・AED ①午前11時55分～午後0時10分 ◇シンクロ入門教室発表会&エキシビジョン ①午後2時～3時 ◇①ビデオフンポイント②タイムトライアル ①午後3時～4時②4時～4時30分 ③各30名 ◇フィン体験 ①午後4時30分～5時 ②20名 ◇無料開放 ①午前9時～午後1時②3時～8時50分 	電話で、同プールへ
幼児用プール 1階ロビー 1階入口	<ul style="list-style-type: none"> ◇ちびっこ集まれすべり台 ①午前10時～11時55分②午後3時～3時55分 ③就学前のお子さん ◇クッキーの販売 ①午前10時 ◇子供向けお楽しみコーナー ①午前10時 	当日、直接会場へ
◇高井戸温水プール(高井戸東3-7-5 ☎3331-7841) ※各イベントの開催時間は、10月1日火以降に同プールにお問い合わせください。		
サブプール	<ul style="list-style-type: none"> ◇体験①エクササイズ(アクアピクス)②エクササイズ(水中ウオーキング&ストレッチ) ③16歳以上の方 ④各30名 ◇体験③初心者水泳④レディーズ ⑤16歳以上の方 ⑥各20名 ◇体験⑤親子水泳 ⑥4～6歳の就学前のお子さんとその保護者 ⑦10組20名 ◇体験⑥小学生水泳 ⑦小学生 ⑧20名 ◇子供向け水中イベント①②、③④小学生⑤就学前のお子さん(保護者同伴) ⑥各20名 	当日、イベント開催時間の15分前からプールサイドで受け付け(先着順)
プール付属室	◇体験①ヨガ(1)(2)②ボール運動(ピラティス)③筋トレ&ストレッチ ④①(午前9時30分～10時30分)(2)(11時～正午)(2)午後1時30分③3時～4時 ④16歳以上の方 ⑤各10名	当日、イベント開催時間の15分前からプール付属室前で受け付け(先着順)
◇妙正寺体育館(〒167-0033清水3-20-12 ☎3399-4224 ☎3399-4210)		
体育館	<ul style="list-style-type: none"> ◇ふれあいバスケットボール教室 ①午前9時～正午 ②知的障害のある方 ③35名 ◇財団杯バスケットボール大会 ①午後0時30分～9時 ②16歳以上の男女混合チーム(女性2名以上含む) ③12チーム 	往復ハガキまたはファクスで、9月24日(必着)までに同体育館へ 往復ハガキ、電話またはファクスで、9月20日(必着)までに同体育館へ
人工芝庭球場	<ul style="list-style-type: none"> ◇ジュニア硬式テニス入門教室(Bコート) ①午前9時～10時30分②10時30分～正午 ③小学生 ④各24名 ◇フンポイントレッスン①初級者②中級者(Aコート) ①午前9時～10時20分②10時40分～正午 ③中学生以上の方 ④各16名 ◇ダブルス交流大会(男女混合チーム) ①午後0時30分～5時30分 ②中学生以上の方 ③16チーム 	往復ハガキで、9月24日(必着)までに同体育館へ

体育の日に、区内の各体育施設では、さまざまなイベントを開催します。参加費は、無料(高円寺体育館のフットサル大会を除く)です。ぜひ、お越しください。——問い合わせは、各体育施設へ。

会場	イベント名・時間・対象(区内在住・在勤・在学の方)・定員(抽選、申込順または先着順)	申し込み方法
◇荻窪体育館(荻窪3-47-2 ☎3220-3381)		
体育館	<ul style="list-style-type: none"> ◇ダンスパーティー～ベータシックを楽しむ会 ①午前10時～正午 ②100名 ◇HIPHOPデモンストレーション ①正午～午後0時30分 ◇タヒチアンダンスデモンストレーション ①午後0時30分～1時 ◇太極拳デモンストレーション ①午後1時～1時30分 ◇みんなで運動会 ①午後1時30分～3時30分 ②就学前のお子さんとその保護者 ③50組 ◇フラダンスデモンストレーション ①午後3時30分～4時 ◇チアデモンストレーション(ナミーズ) ①午後4時～4時30分 ◇チアデモンストレーション(ツイスターズ) ①午後4時30分～5時30分 ◇卓球無料開放 ①午後6時～9時 	当日、直接会場へ 電話で、同体育館へ
小体育室	<ul style="list-style-type: none"> ◇HIPHOP体験会 ①午前9時～11時 ②小学生以上の方 ③30名 ◇フォークダンス初心者講習会 ①午前11時～午後1時 ②30名 ◇タヒチアンダンス体験会 ①午後1時～2時30分 ②20名 ◇アルゼンチンタンゴ体験会 ①午後2時30分～4時 ②20名 ◇フラダンス体験会 ①午後4時～5時30分 ②20名 ◇ジャイロキネシス ①午後5時30分～7時 ②20名 ◇目指せカーヴィボディ ①午後7時～8時30分 ②20名 	電話で、同体育館へ
武道場	<ul style="list-style-type: none"> ◇初めての大極拳 ①午前9時～11時 ②50名 ◇カポエイラ体験会 ①午前11時～午後0時30分 ②50名 ◇テコンドー体験会 ①午後0時30分～2時30分 ②30名 ◇スポーツチャンバラ体験会 ①午後2時30分～4時 ②30名 ◇ヘルヴィック・ビューティーストレッチ体験会 ①午後4時～5時30分 ②50名 ◇ファンタスティック・ヨガ体験会 ①午後5時30分～7時 ②30名 ◇ボディメイク体験会 ①午後7時～8時30分 ②50名 	当日、直接会場へ
入ロコンコース 地下1階ドライエリア	<ul style="list-style-type: none"> ◇ふるさと産直市 ①午前10時～午後3時 ◇キッズコーナー輪投げ、紙芝居 ①午前10時～午後3時 ②100名 	
◇永福体育館(〒168-0064永福3-51-17 ☎3328-3146)		
体育館	<ul style="list-style-type: none"> ◇みんなでラジオ体操 ①午前10時～10時20分 ◇体力測定 ①午前10時20分～午後0時50分 ◇スポーツレビュー ①午前10時20分～午後0時50分 ◇健康相談コーナー ①午前10時20分～午後0時50分 ◇スポーツ吹き矢に挑戦 ①午前11時～正午 ②50名 ◇チャアリーディング&ナミーズデモンストレーション ①午後1時～1時20分 ◇カンパニ体操&太極拳体験会 ①午後1時20分～2時50分 ◇スポーツチャンバラ ①午後2時50分～4時20分 ◇立教大学院短期大学フアラールズと一緒に踊ってみよう ①午後4時30分～5時 ◇リフレッシュが①② ①①午後5時15分～6時②6時10分～6時55分 ③各50名(入替制) ◇はじめてみようバドミントン ①午後7時～9時 ◇フリーマーケット(雨天中止) ①午前10時～午後3時 ②8区画 ◇産直野菜、和菓子、パンの販売 ①午前10時～午後3時 	当日、直接会場へ 電話で、同体育館へ
駐車場	◇フリーマーケット(雨天中止) ①午前10時～午後3時 ②8区画	出店は往復ハガキで、9月24日(必着)までに同体育館へ
◇大宮前体育館(宮前2-11-11 ☎3334-4618 ☎3334-2063) ※ファクス専用申込用紙は、スポーツ振興財団ホームページから取り出せます。		
体育館	<ul style="list-style-type: none"> ◇インドアカ交流会 ①午前9時～11時30分 ②中学生以上の方(チーム可) ③50名 ◇フラダンスショー(受講生による発表) ①午前11時30分～午後0時30分 ◇ママさんバレーボール交流会 ①午後0時30分～3時30分 ②女性(チーム可) ③40名 ◇ソフトバレーボール交流会 ①午後3時30分～6時50分 ②16歳以上の方(チーム可) ③100名 ◇①ミニテニス無料開放②フェンシング体験・無料開放 ①午後7時～9時 ②各40名 	電話またはファクス(専用申込用紙※)で、同体育館へ 詳細は、お問い合わせください 電話またはファクス(専用申込用紙※)で、同体育館へ
駐車場	◇ヨーヨー釣り、バルーンアート、わなげ、紙芝居、くじ引き、似顔絵コーナー、おまけ、ぬり絵コーナー ①午前10時～午後3時(参加券が無くなり次第終了) ②小学3年生まで	当日、直接会場へ
◇高円寺体育館(高円寺南2-36-31 ☎3312-0313 ☎3312-0312)		
体育館	<ul style="list-style-type: none"> ◇キッズのためのファミリー体操 ①午前9時～10時30分 ②4～6歳のお子さんとその保護者 ③20組 ◇ドッジボールであそぼう ①午前10時30分～正午 ②小学生 ③40名 ◇ニュースポーツ体験(ミニテニス・バウンドテニス・インドアカ) ①正午～午後1時30分 ③30名 ◇阿波おどりデモンストレーション ①午後1時30分～1時50分 ◇財団・純情商店街杯フットサル大会 ①午後2時～8時 ②男性 ③8チーム ◇シニアの健康体操教室(楽しくストレッチ) ①午前9時30分～11時 ②60歳以上の方 ③20名 ◇ジャイロキネシス ①午前11時～午後0時30分 ③20名 ◇阿波おどり体験会 ①午後2時～3時 ③40名 ◇プライマリウオーキング ①午後7時30分～9時 ③20名 	電話で、同体育館へ 当日、直接会場へ 詳細は、お問い合わせください
エントランスホール	◇パン販売 ①午前10時～午後3時	当日、直接会場へ
◇下高井戸運動場(〒168-0073下高井戸3-26-1 ☎5374-6191) ※今年も、下高井戸区民集会所まつりと同日開催で楽しい一日を計画しています。		
全面	◇ヴェルディサッカースクールサッカー大会 ①午前9時～正午 ②小学生 ③150名	往復ハガキに氏名と学年も書いて、9月24日(必着)までに同運動場へ
片隅	◇ブラインドサッカー日本代表選手による体験教室 ①午前10時～正午 ③50名	当日、直接会場へ
A面	◇向陽中学校ダンス部によるHIPHOPデモンストレーションと体験会 ①午後2時30分～3時	
全面	◇ヤクルト野球教室 ①午後0時30分～2時30分 ②小学生とその保護者③小学生 ④50組⑤100名	往復ハガキに①は2人の氏名とお子さんの学年②は学年も書いて、9月24日(必着)までに同運動場へ
A面	◇ラクロス体験教室 ①午後3時～5時 ③120名	当日、直接会場へ
B面	◇チャレンジスポーツ(かけっこ・アルティメット) ①午後3時～5時 ②小学生 ③40名	往復ハガキで、9月24日(必着)までに同運動場へ
全面	◇個人フットサルナイト ①午後6時～9時 ③40名	
A面隅	◇「本をください」プロジェクト(集まった本は、岩手県陸前高田市に図書館をつくるプロジェクトとブラインドサッカーのために使われます)、地元野菜販売、小千谷市物産販売、植木販売 ①午前9時～午後5時	当日、直接会場へ
◇松ノ木運動場(〒166-0014松ノ木1-3-22 ☎3311-7410)		
野球場	<ul style="list-style-type: none"> ◇元プロ野球選手・若林憲一に学ぶ親子野球教室 ①午前9時～11時 ②小学1～3年生の初心者とその保護者 ③50組100名 ◇誰でも参加できる「ストラックアウト・チャレンジ」 ①午後5時～7時 ②50名前後 ◇勤労者または大学生野球交流試合(無料貸切) ①午後7時～9時 ②勤労者・大学生 ③1組(2チーム) 	往復ハガキに参加者全員の氏名も書いて、9月24日(必着)までに同運動場へ 当日、直接会場へ 往復ハガキにチーム名(相手チームも含む)、代表者名も書いて、9月24日(必着)までに同運動場へ
人工芝コート	◇親子で楽しむテニス(無料貸切) ①午前9時～午後9時 ②小学生とその保護者 ③22枠	往復ハガキに学年、参加者全員の氏名、希望コート、希望時間帯(①午前9時～10時30分②10時30分～正午③正午～午後1時30分④1時30分～3時⑤3時～4時30分⑥4時30分～6時⑦6時～7時30分⑧7時30分～9時)を第3希望まで書いて、9月24日(必着)までに同運動場へ
クレーコート	◇親子で楽しむテニス(無料貸切) ①午前9時～午後9時 ②小学生とその保護者 ③16枠	
調節池庭球場	◇親子で楽しむテニス(無料貸切) ①午前9時～午後4時30分 ②小学生とその保護者 ③5枠	
壁打ち場(5・6番裏)	◇無料開放 ①午前9時～11時(先着順、15分の交代制)	当日、直接会場へ

■カレシ・カノジョとちょっとステキな関係に～昨今急増するデートDV防止講座

カップル・友達・わが子や教え子、誰もが被害者にも加害者にもならないために。

時10月9日(水)午後4時20分～5時50分 明治大学 和泉図書館(永福1-9-1) 師NPO法人レジリエンス副代表・西山さつき 区内在住・在勤・在学の高校生・大学生・その保護者・学校関係者定120名 (先着順) 費無料 申込当日、直接会場へ 区民生生活部管理課男女共同・犯罪被害者支援係

■相馬黒光に学ぶ女性の生き方・考え方

時・内①10月12日(土)=相馬黒光の生い立ちと生き方②19日(土)=新宿中村屋の創業と社会的活動～中村屋サロン・浴風園など/いずれも午後1時30分～3時30分。計2回 産業商工会館(阿佐谷南3-2-19) 師女性史研究家・吉見周子定80名(申込順) 費200円 申込往復ハガキ(9面記入例参照)で、10月1日(必着)までに男女平等推進センター(〒167-0051 荻窪1-56-3)へ 同センター ☎3393-4410

■11月の足腰げんき教室

筋力強化やバランス能力に効果的なボールを使った体操などを紹介します。

時・場・申込 下表のとおり 師健康運動指導士 区内在住の65歳以上で、日常生活に介助の必要がなく介護保険の要介護・要支援の認定を受けていない方定各15名(抽選) 費無料 荻窪保健センター足腰げんき教室担当 ☎3391-0015 ①抽選結果発送は10月12日ごろの予定です②長寿応援対象事業

〈11月の足腰げんき教室〉

申し込みは、ハガキ(9面記入例参照)に希望会場1カ所(下表参照)・番号も書いて、9月21日(必着)までに荻窪保健センター足腰げんき教室担当(〒167-0051 荻窪5-20-1)へ

番号	会場	日時(週1回、4回コース)
21	荻窪地域区民センター(荻窪2-34-20)	11月5日～26日の毎週(火) 午前9時30分～11時30分
22	和田区民集会所(和田2-31-21)	11月7日～28日の毎週(木) 午前9時30分～11時30分
23	高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5)	11月6日～27日の毎週(水) 午後1時30分～3時30分
24	永福和泉地域区民センター(和泉3-8-18)	11月1日～29日の毎週(金) 午後1時30分～3時30分(11月15日を除く)

■博物館「古民家で楽しむ十三夜のお月見ナイト」

十三夜は十五夜と合わせて月見をする日です。ろうそくの灯りともる古民家で、落語や月見行事を楽しむイベントを行います。

時10月14日(初)午後6時～8時 郷土博物館 師落語家・柳家小団治 小学生以上の方(小中学生は保護者同伴)定40名(抽選) 費100円(観覧料。中学生以下は無料) 申込往復ハガキまたはファクス(9面記入例参照)で、10月4日(必着)までに郷土博物館(〒168-0061 大宮1-20-8 FAX3317-1493)へ 同館 ☎3317-0841

■今日からできる!大人のスマイル美人術

「歯と口のキレイ習慣」と「表情筋のストレッチ」の効果についてお伝えします。毎日続けて10年先もスマイル美人を目指しましょう。

時・内①10月17日(木)=講義「笑顔美人で幸せ上手!」、実習「アンチエイジングのための表情筋のストレッチ&肌をキレイにみせるカラー選びのコツ」②24日(木)=実習「来て・見て・やって!いろいろお口のチェック」、講義「歯医者さんから聞けるお得な健康情報」/いずれも午前10時～正午。計2回 和泉保健センター(和泉4-50-6) 師①NPO法人笑み筋体操ハッピーネット理事・晏在雅子②田村歯科医院院長・田村仁志 区内在住・在勤で64歳までの方定15名(申込順) 費無料 申込・同電話で、和泉保健センター ☎3313-9331へ

■思春期講座「思春期の子どもと向き合うということ～中・高校生の悩みと現状」

思春期の現状と接し方についてのヒントをお伝えします。また、保護者が抱える悩みを共有し、解決していきます。

時10月17日(木)午前10時30分～正午 児童青少年センター 内講座、質疑応答 師カウンセラー・渋谷園枝 区内在住・在学で思春期世代のお子さんがある保護者、中高生支援団体関係者ほか定30名(申込順) 費無料 申込・同電話または直接、児童青少年センター(荻窪1-56-3 ☎3393-4760/月曜日を除く)へ 同車での来場はご遠慮ください

■仕事力アップ講座

エクセルを使ったことがある方向けの講座です。時・内①エクセル中級・集計機能編(データベース機能を使ったデータ変換・並び替えなど)=11月2日(土)②エクセル中級・実務活用編(顧客名簿、売上報

告書、時給計算書など)=16日(土)/いずれも午前10時～午後3時(休憩1時間含む) 産業商工会館 師NPO法人さらプロジェクト 区内在住の勤労者・求職中の方、区内在勤の方定各20名(抽選) 費各2800円(教材費込み) 申込ハガキ、封書、ファクスまたはEメール(9面記入例参照)に、希望の講座名、職業(求職中の方は「求職中」、区内在勤の方はその旨記入)とジョイフル杉並利用者は利用者番号とジョイフルカフェクーポン利用の有無も書いて、①は9月27日②は10月10日のいずれも午後5時(必着)までに産業振興センター勤労者支援担当(〒167-0043 上荻1-2-1 インテグラルタワー2階 FAX3392-7052) wakuwaku@joyful-suginami.jp)へ 同担当 ☎3391-0317 同 Microsoft office 2010 を使用

■健康寿命を延ばすために!「栄養満点教室」

時・内 下表のとおり(全3回要出席) 師 ゆうゆう高井戸西館(高井戸西1-17-5) 区内在住の65歳以上で、日常生活で介助の必要がない方定20名(申込順) 費300円程度 申込・同電話で、高井戸保健センター ☎3334-4304 へ 同長寿応援対象事業

〈栄養満点教室〉

日程	テーマ
10月8日	健康寿命を延伸させるために! ●免疫力を高める食生活とは! ●体の筋肉量や脂肪量の測定 ●栄養満点メニューづくりのヒント
10月22日	自分の体と食事に自信を持つために ●健診結果と食事チェックから改善点を探る ●適塩でもおいしいみそ汁づくりと試飲
10月29日	エイジングケアと低栄養対策 ●調理実習と試食

*時間は、いずれも火曜日の午前10時～正午。

リサイクルひろば高井戸

- ◇デニムで作るウォールポケット
時10月8日(火)午前10時30分～午後0時30分 費250円
- ◇暖かフリース・ソックスカバー作り
時10月11日(金)午後1時30分～3時30分 費300円
——(いずれも)——
場・同リサイクルひろば高井戸(高井戸東3-7-4 ☎3331-4360(午前10時～午後6時。水・木曜日休館)) 区内在住・在勤・在学の方定各12名(申込順) 申込電話で、同ひろばへ 同長寿応援対象事業



「銭湯で温泉まつり」を開催します

区内の銭湯に、交流自治体・群馬県東吾妻町の日帰り温泉施設「天狗の湯」からくみ上げた源泉を運び入れます。この温泉は、区の民営化宿泊施設「コニファーいわびつ」でも提供されている、カルシウムとナトリウム塩化物を含む大変泉質の良い温泉です。ぜひお越しください。

期間中ご入浴の方には、抽選でコニファーいわびつほかのペア宿泊券が22組、町の特産品詰め合わせが100名に当たります。

——問い合わせは、杉並浴場組合・平松 ☎3337-6198(午後1時以降)へ。

〈銭湯で温泉まつり スケジュール〉

日時	銭湯名(所在地・電話番号)
9月28日(土) 午後3時30分～午前1時	玉の湯(阿佐谷北1-13-7 ☎3338-7860)
29日(日) 午後4時～午前1時	香藤湯(高円寺南5-1-7 ☎3316-4514)
10月5日(土) 午後3時30分～午前0時	さくら湯(和田3-11-9 ☎3381-8461)
6日(日) 午後4時～午前0時	大黒湯(和泉1-34-2 ☎3328-2137)
12日(土) 午後3時45分～午前0時	杉並湯(梅里1-13-7 ☎3312-1221)
13日(日) 午後2時～午前0時30分	湯の楽 代田橋(和泉1-1-4 ☎3321-4938)
19日(土) 午後3時30分～午前1時	弁天湯(高円寺南3-25-1 ☎3312-0449)
20日(日) 午後3時30分～午前0時	亀の湯(本天沼1-2-8 ☎3399-6472)
27日(日) 午後3時30分～午前0時30分	第二宝湯(本天沼2-7-13 ☎3390-8623)
11月2日(土) 午後4時～午前0時30分	大和湯(和田1-71-18 ☎3381-3452)
3日(日) 午後4時～午前2時	銭湯Gokurakuya(上荻2-40-14 ☎3399-0276)
9日(土) 午後3時30分～午前1時30分	秀の湯(桃井4-2-9 ☎3399-6112)
16日(土) 午後3時45分～11時45分	天狗湯(西荻南1-21-4 ☎3333-9461)
17日(日) 午後4時～午前0時	亀の湯(桃井1-35-9 ☎3394-1126)
23日(金) 午後3時～午前0時30分	平和湯(阿佐谷北4-17-11 ☎3337-3232)
24日(土) 午後4時～11時30分	浜の湯(浜田山3-24-4 ☎3303-6665)
27日(水) 午後6時～午前1時	なみのゆ(高円寺北3-29-2 ☎3337-1861)
29日(金) 午後3時～午前2時	天徳泉(阿佐谷北2-22-1 ☎3338-6018)
12月7日(土) 午後3時30分～午前1時45分	小杉湯(高円寺北3-32-2 ☎3337-6198)
8日(日) 午後1時30分～10時	ゆ家とごころ吉の湯(成田東1-14-7 ☎3315-1766)
14日(土) 午後4時～11時	井草湯(下井草5-3-15 ☎5930-6212)
15日(日) 午後4時～午前0時	藤乃湯(天沼2-17-20 ☎3391-0504)

*各浴場へのお問い合わせは、午後1時以降にお願いします。入浴料は、大人450円、小学生180円、幼児80円。

秋の交通安全パレード

9月21日(土)から始まる秋の交通安全運動を盛り上げるため、交通安全パレードを行います。ぜひご覧ください。

- ①杉並警察署パレード
一日警察署長に、日本サッカー協会理事・北澤豪氏を迎えます。
時9月16日(初)午前10時～11時30分 場中杉通り(JR阿佐ヶ谷駅南口広場発～区役所着) 同杉並警察署 ☎3314-0110
- ②荻窪警察署パレード
一日警察署長に、NHK大相撲解説者・舞の海秀平氏を迎えて、車両パレードを行います。
時9月16日(初)午前10時～11時 場あんさんぶる荻窪発着(青梅街道～早稲田通り～環状八号線) 同荻窪警察署 ☎3397-0110
- ③高井戸警察署パレード
騎馬や白バイなどが参加する盛大な車両パレードを行います。
時9月21日(土)午前9時50分～11時10分 場大宮八幡宮発着(方南通り～井の頭通り) 同高井戸警察署 ☎3332-0110

社会教育
セミナー

◆すぎなみキャリア塾◆

自分のキャリアを地域で考えよう
30～40歳代のビジネスパーソン集まれ!

30～40歳代の会社員たちが企画したすぎなみキャリア塾は、「キャリア=生き方そのもの」を学びあう場。忙しいからこそ少し立ち止まり、新たなネットワークで自身のキャリアを発見してみませんか?

時・内10月5日(土)=オリエンテーション、ネットワーキング～キャリアとは?▷11月30日(土)=ディスカッション・ワールドカフェ～キャリア/ライフ/すぎなみ▷26年1月25日(土)=キャリアとライフ～わが街「すぎなみ」の発見▷26年2月15日(土)=キャリアビジョンを描く、まとめ、今後に向けて/いずれも午前10時～正午(計4回) 場あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師成城大学特任准教授・勝又あずさ 区内在住・在勤の方定30名(抽選) 費無料 申込電話またはEメール(9面記入例参照)で、9月28日までに社会教育センター ☎3317-6621) shakyo-c@city.suginami.lg.jp) 同同センター 同おおむね1歳からの託児あり(事前予約制)

ハガキ・ファクス・Eメール

申し込み記入例

(1) 行事名・教室名
(2) 郵便番号・住所
(3) 氏名(フリガナ)
(4) 年齢
(5) 電話番号

1人1枚

申込先の住所・ファクス番号・Eメールアドレスは、各記事の申込でご確認ください。
住所が記載されていないものは、区役所〇〇課(〒166-8570阿佐谷南1-15-1)へお申し込みください。

※往復ハガキの場合は返信用の宛先も記入。
託児のある行事は託児希望の有無、お子さんの氏名と年齢も記入。

催し EVENT

■すぎなみ街歩き！善福寺川を歩いてみよう～CAMOプロジェクト阿佐ヶ谷部企画「20～30歳代」の街歩き、参加者募集

杉並の意外な名所を、同世代の仲間と一緒に散歩気分でお散歩してみませんか。

時 9月28日(土)午後1時～5時 善福寺川緑地公園～大宮八幡宮の善福寺川沿い▷集合場所＝JR中央線西荻窪駅前▷解散場所＝JR中央線阿佐ヶ谷駅 区内在住・在勤・在学または杉並に縁のある20～30歳代の方 定30名(申込順) 費30円(保険料) 申込Eメール(記入例参照)で、9月20日までに社会教育センター shakyo-c@city.suginami.lg.jpへ 問同センター ☎3317-6621

■都民の日スペシャル

10月1日(火)の都民の日に、親子で楽しめる体験教室やプラネタリウム放映を開催します。

時・内 下表のとおり 場 科学館(清水3-3-13) 費 無料(申込当日、直接会場へ 問 科学館 ☎3396-4391) ①体験教室・親子体験教室は、開始30分前に整理券を配布します②プラネタリウムは、5歳未満の方の入場、および放映中の入退場はご遠慮ください③エレベーター・エスカレーターはありません④車での来館はご遠慮ください

〈都民の日スペシャル(10月1日(火))〉

プログラム	時間	内容
体験教室 対小学生以上の方 定各40名(先着順)	▷午前10時～11時＝葉脈標本 ▷午後1時30分～2時30分＝「海の砂」の顕微鏡観察	
親子体験教室 対小学生以上の方とその保護者 定各20組(先着順)	▷午前10時～11時＝木の実やタネの標本づくり&工作 ▷午後1時30分～2時30分＝めっき	
プラネタリウム放映 定各140名(先着順)	▷午前11時20分～午後0時20分 ▷2時50分～3時50分	「誰も知らなかった星座-南米天の川の暗黒星雲-」+今夜の星空(子ども向き)

■秋のすぎなみ区民歩こう会～豊かな自然、歴史や文化が香る小田原・西部丘陵ハイキング! ①約11kmコース②約7.5kmコース

時・場 10月20日(日)▷集合・解散時間・場所＝午前7時30分区役所中杉通り側入り口前出発(バスで現地へ)▷午後6時区役所帰着予定 行 程＝諏訪の原公園→小田原フラワーガーデン→久野古墳→観音堂→いこいの森→わんぱくランド(昼食)→(コースで異なります)①毘沙門天②バス移動→からたちの花の小径→城山公園→大堀切→小田原城→天守閣 区内在住・在勤・在学で全行程を歩ける方(小学生以下は保護者同伴) 定200名(抽選) 費2300円(バス代・保険料など) 申込ハガキ(記入例参照。同一コースであれば4名まで連記可。代表者に〇印をつけてください)に希望コース、参加者全員の氏名(フリガナ)、性別も書いて、9月27日(必着)までにスポーツ振興課事業係へ 問同係 ①申し込み後のコース変更はできません②二重申し込みは無効です③弁当・水筒・雨具などを持参してください④運動靴や歩きなれた靴で参加してください

すぎなみ環境情報館

◇おもちゃの公開クリニック

こわれたおもちゃをなおしてもらおう。
時 10月5日(土)午後1時～4時 師 杉並おもちゃドクターズ 区内在住・在勤・在学の方 定10名(申込順) 費 無料(部品代実費) 他 1人1点まで

◇ほたるの学校～飼育方法を学びます

ホタルの生態・性質・特徴を知り、具体的な飼育方法を学びます。

時 10月5日(土)午後2時～4時 師 すぎなみホタルの学校・淀川正進、岩淵晴子 区内在住・在勤・在学の小学3年生以上の方(小学生は保護者同伴) 定20名(申込順) 費 無料 他 ①希望者にカワニナ(当日)とヘイケボタルの幼虫(後日)を差し上げます②講座終了後に飼い方などの自主勉強会を予定

— 〈いずれも〉 —

場・問 すぎなみ環境情報館(荻窪5-15-13あんさんぶる荻窪4階 ☎3398-3191) 申込電話で、同情報館へ

講演・講座

■子育て支援講座「親子でワイワイリミック」

絵本を読んだり、音楽に合わせて体を動かしたり歌ったりします。

時 9月25日(水)①午前10時30分～11時②11時20分～正午 場 方南図書館 師 高橋裕子 対 ①6カ月～1歳のお子さんとその保護者②2・3歳のお子さんとその保護者 定 ①15組②12組(申込順) 費 無料(申込)・問 電話または直接、方南図書館(方南1-51-2 ☎5355-7100)へ

■今日から始める元気づくり講座「元気を保つ食生活」

いつまでも元気でいられる食事のポイントを分かりやすくお話しします。試食もあります。

時 9月25日(水)午後2時～3時30分 場 救世軍恵みの家(和田1-41-11) 師 管理栄養士 区内在住の65歳以上で、日常生活に介助の必要がない方 定15名(申込順) 費 200円(申込)・問 電話で、ケア24和田 ☎3380-0024へ 他 長寿応援対象事業

■講演会「足」そして身近な足部疾患について

時 9月26日(木)午後1時30分～3時30分 場 高齢者活動支援センター(高井戸東3-7-5) 内・師 ①足のしくみ・働き、足の痛みなどの原因と治療、高齢者に多い症状と対処方法、治療の説明(ならさき整形外科院長・植崎和人)②「食生活のポイント」について(保健センター栄養士) 区内在住・在勤の方 定80名(申込順) 費 200円(申込)・問 電話で、高井戸保健センター ☎3334-4304へ 他 (1)高井戸保健センター健康づくり自主グループ交流会の企画(2)長寿応援対象事業

■料理教室～夏バテをリセットする元気アップ料理

時 10月6日(日)午前11時～午後1時 場 杉並障害者福祉会館 内 簡単ピピンパ井ほか 師 小俣敏枝 区内在住・在勤・在学で障害のある方とその介助者 定16名(抽選) 費 500円(材料費) 申込 往復ハガキ(記入例参照)に障害の状況、在勤・在学の方は勤務先または学校名も書いて、9月25日(必着)までに障害者福祉会館運営協議会事務局(〒168-0072高井戸東4-10-5)へ 問 同事務局 ☎3332-6121 FAX 3335-3581

■「いつまでも元気に若々しく！」お話と実技

時・内・師 ①10月4日(金)＝全身ストレッチ、楽しく筋力アップ(パントマイミスト・山本さくら)②25日(金)＝能に学ぶ和のエクササイズ 強くしなやか

〈ゆうゆう館協働事業〉

ゆうゆう館は高齢者向け施設ですが、内に指定がなければ区内在住・在勤・在学の方ならどなたでも参加できます。

ゆうゆう館名	内容	日時
大宮前館(宮前5-19-8 ☎ FAX 3334-9640)	入門「楽典倶楽部」①音の読み方②音符とリズム	10月9日から毎月第2(水)、午後3時15分～4時45分(各計3回) 費 1回1000円
方南館(方南1-51-7 ☎ FAX 3324-1171)	墨絵教室 師 渡辺友一	10月6日から毎月第1・2(日)、午前9時30分～11時30分 対 60歳以上の方 費 1回1000円
高井戸西館(高井戸西1-17-5 ☎ FAX 3332-1076)	基礎から学びたい方のためのパソコンサロン	9月28日から第2・4(土)、午後1時30分～3時30分 対 40歳以上の方 費 1回1200円(教材費含む)
井草館(井草2-15-15 ☎ FAX 3390-9672)	お片付けサロン/整理・収納・手放す技術など	10月9日・23日、11月13日・27日、12月11日・25日/いずれも(水)の午後1時30分～3時30分 定 各回15名(申込順) 費 各回1000円
阿佐谷北館(阿佐谷北6-26-13 ☎ FAX 3338-0436)	満足できるデジカメ写真にしよう	10月9日(水)・23日(水)午後1時30分～3時30分(計2回) 対 50歳以上のデジカメ初心者 定 15名(申込順) 費 3200円

※申し込み・問い合わせは、各ゆうゆう館へ。第3日曜日は休館です。いずれも、長寿応援対象事業です。

吾妻の朝市

区の交流自治体である群馬県東吾妻町から新鮮な高原野菜などを直送販売します。

時 9月26日(木)午前10時～午後1時 場 区役所中杉通り側入り口前 申込 当日、直接会場へ 問 文化・交流課 他 買い物袋を持参してください。混雑緩和のため、入場制限あり

な身のこなしへ(能楽師・下掛宝生流 安田登)③11月15日(金)＝「排泄障害予防講座～ひとりで悩まず、正しい知識を」、骨盤底筋体操実技指導(日本コンチネンス協会会長・西村かおる) / いずれも午前10時30分～正午 場 男女平等推進センター 定 ①②各30名③50名(申込順。区内在住・在勤の方優先) 費 無料(申込) 往復ハガキまたはファクス(記入例参照)で、男女平等推進センター(〒167-0051荻窪1-56-3 FAX 3393-4716)へ 問 同センター ☎3393-4410 他 動きやすい服装で、バスタオルかヨガマットを持参してください

■家族介護教室

◇「キラ☆メイク」いつまでも美しく!!

実演を交えて化粧の仕方をアドバイスします。

時 9月19日(木)午後2時～4時 場 あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 師 ファンケルCSR推進事務局・橋本靖子 区内在住で70歳以上の女性 定20名(申込順) 費 無料(申込)・問 電話で、ケア24南荻窪 ☎5336-3724へ

◇有料老人ホームのかしこい選び方

時 9月20日(金)午前10時～11時30分 場 上井草園(上井草3-33-10) 師 みんかい事業部相談員・市川真子 区内在住・在勤の方 定20名(申込順) 費 無料(申込)・問 電話で、ケア24上井草 ☎3396-0024へ

◇福祉機器展示センター～高齢者疑似体験「高齢者の心理について学ぼう」

時 9月21日(土)午後2時～3時 場 福祉機器展示センター(阿佐谷北1-2-1 阿佐谷北ふれあいの家内) 師 阿佐谷北ふれあい家福祉用具専門相談員 区内在住の方 定10名(申込順) 費 無料(申込)・問 電話で、阿佐谷北ふれあいの家 ☎3338-8630へ

◇認知症についてお話しませんか

時 9月26日(木)午後1時30分～3時30分 場 松ノ木ふれあいの家(松ノ木2-14-3) 師 認知症の人と家族の会・東京都支部代表者 大野教子 認知症の家族を介護している方 定10名(申込順) 費 無料(申込)・問 電話で、松ノ木ふれあいの家 ☎3318-2660へ

◇介護予防のための体操教室～腰痛、膝痛を予防してハツラツとした日々を

時 9月26日(木)午後2時～3時 場 久我山会館(久我山3-23-20) 師 通所介護・介護予防コミュニティ 保歩笑理学療法士・江黒亮介 区内在住・在勤の方 定35名(申込順) 費 無料(申込)・問 電話で、ケア24久我山 ☎5346-3348へ

◇自分のために学ぼう！認知症って予防できるの？～今できる事、知っておきたい大切な事

時 10月1日(火)午後2時～4時 場 永福和泉地域区民センター(和泉3-8-18) 師 保健師 区内在住の方 定30名(申込順) 費 無料(申込)・問 電話で、ケア24堀ノ内 ☎5305-7328へ

◇転ばないからだづくり教室

時 10月2日(水)午後2時～3時30分 場 老人保健施設 グレイス(和田1-40-15) 師 リハビリデイサービス nagomi 野方店・インストラクター 区内在住の方 定15名(申込順) 費 無料(申込)・問 電話で、ケア24和田 ☎3380-0024へ

名称・会場	内容／講師	開催日・時間	定員	費用	申込／締切
●高円寺地域区民センター協議会 (〒166-0011梅里1-22-32 高円寺地域区民センター内 ☎3317-6614)					
催	★協働事業 こどもフェア2013 見てみよう！聞いてみよう！ 話してみよう！だいき杉並！ (セシオン杉並) 場高円寺地域区民センター	9月21日(土)午前10時～午後3時 (内容・時間は変更になる場合があります。スタンプラリーあり) ▷ホール=チャリディング、和太鼓、ヒップホップ、阿波おどり、エイサー踊り(午後1時)▷展示室=「だいき杉並～だいきな人」▷談話室=キーホルダー作り、万華鏡作り(100円、先着100名)ほか▷視聴覚室=映画「おおかみこどもの雨と雪」(午前10時30分)、「グーニーズ」(午後0時45分)▷集会室=鉄道模型運転会、似顔絵(100円・先着30名)、こども広場(絵手紙、昔遊びほか)▷和室=手品ほか(午前11時30分)、親子でお茶会(100円、先着60名)▷体育室=木のおもちゃで遊ぼう！ほか▷中庭=鳥の巣箱作り(先着20名)、消防車・子供消防服(午前)、ミニパト・白バイ(午後)、屋台(区内産の野菜・花、焼きそば、焼き鳥、フランクフルト、綿あめ、赤飯など)ほか			当日直接
講	楽しい水中ウォーキング 場杉小温水プール (和田3-55-49)	肩こり、腰の痛み、膝の痛みを解消し、健康増進をしてください/日本アクアサイズ協会理事認定講師・大塔松恵▷名前入りの水泳帽を持参してください▷長寿応援対象事業	10月8日(火)・15日(火)・22日(火) 午後1時～3時(計3回)	30名 100円 (保険料含む)	9月26日 往復ハガキ
講	★協働事業 コミュニティすくーる 歴史ウォーキング「寺町・高円寺の寺院と史跡巡り」 ～ふるさと高円寺を知ろう	高円寺・堀ノ内地域は都内でも屈指の「寺町」を形成している所です▷行程=セシオン杉並(集合)→関口道→連光寺→蚕糸旧正門前→民間信仰石塔前→寺町・禅寺四寺(長龍寺、宗泰院、松応寺、西照寺)→日蓮宗(長善寺)・曹洞宗(鳳林寺)→旧桃園川→高円寺→氷川神社内気象神社→長仙寺(解散)/NPO法人すぎなみムーサ▷長寿応援対象事業	10月10日(木)午前10時～午後0時30分	30名 100円 (保険料含む)	9月26日 往復ハガキ

名称・会場	内容／講師	開催日・時間	定員	費用	申込／締切
●永福和泉地域区民センター協議会 (〒168-0063和泉3-8-18 永福和泉地域区民センター内 ☎5300-9412)					
催	秋を奏でる名曲コンサート 場永福和泉地域区民センター	クラシック・ポピュラー・映画音楽を聴きながら、楽しいひとときを過ごしましょう▷出演=栗山ひろみ(バイオリン)、吉川香里(電子ピアノ)▷長寿応援対象事業	10月5日(土)午後2時～3時30分	80名 無料	9月24日 往復ハガキ
催	土曜日の音楽会「合唱の真髓」 場下高井戸区民集会所 (下高井戸3-26-1)	西洋で発達した合唱が、日本の歌にもハーモニーを添えています▷出演=女声合唱団コーロ・レジーナ▷曲目=T A N T U M E R G O ふるさとの四季 ほか	10月12日(土)午後6時	80名 無料	当日直接
催	下高井戸区民集会所まつり 場下高井戸区民集会所 (下高井戸3-26-1)	10月14日(祝)午前10時～午後3時 下高井戸区民集会所を基点として活動しているグループの作品展示や演技発表を中心としたまつりを開催します。今年も杉並区スポーツ振興財団の体育の日のイベントと同時開催で楽しい1日を計画しています			当日直接
講	★協働事業 「防災フォーラム2013」災害に強い住み続けたい地域の実現 場永福和泉地域区民センター	第1部=「首都直下地震の被害想定について」/東京都総務局総合防災部計画調整担当課長▷第2部=「区の震災対策について」/区防災課長▷第3部=「地震からいのちを守る」/防災士、明治大学客員研究員	10月6日(日)午後1時30分～3時30分	100名 無料	当日直接
講	テキスタイルデザイナーの花の絵と人生観 場永福和泉地域区民センター	花の絵を展示しながら、デザイン室を30年余り主宰した講師が「絵とデザインの違いから説き起こした人生」を語ります/前田デザイン室・前田英郎▷長寿応援対象事業	10月26日(土)午後1時30分～3時	50名 無料	10月12日 往復ハガキ
講	松平太郎左衛門家25代当主が語る「東海道中膝栗毛 参勤交代編」 場永福和泉地域区民センター	昨年8月の講座の続編です。徳川の始祖松平親氏が三河に築いた松平家の参勤交代などにまつわる徳川幕府と松平家の未知のお話です/日本イベントプロデュース協会副理事長・松平輝夫▷長寿応援対象事業	10月27日(日)午後2時～4時	50名 無料	10月15日 往復ハガキ

●住民は地域社会の主人公

わがまち宮前三丁目

宮前三丁目会・宮前三丁目会防災会

昔、赤とんぼの歌にぴったりの情緒ある大宮前4丁目(現在の宮前3丁目)は6、7割が畑で、夏の夕方になるとたぐさんのとんぼが畑の上を東に向かって飛んで行きました。終戦直後のすさんだ時代に遊びながら生きる喜びをと、故川村武夫氏が主宰したトンボ子供会と共に町内会が活動を始めたのが昭和24年のことでした。

3年前に当会は60周年を迎え、記念誌「わがまち宮前三丁目」を発行し、大宮前公園の入口に紅白一對の枝垂れ桜を植樹しました。毎年花数が増えて元気に育っています。

当会は南に五日市街道、北に神明通り、東に宮前公園通り、西はすぎ丸が走る通りに面し、ほぼ矩形に囲まれています。中央線の荻窪駅と西荻窪駅、京王井の頭線の久我山駅と富士見ヶ丘駅から徒歩15分ほどの住宅地になっています。

会員数は約1340世帯を有し、会長以下、副会長、総務、会計、防犯防火部、青少年育成部、厚生部、環境衛生部、班長、副班長、組当番からなり、約220名が役割分担して活動しています。

主な町会行事は小学校入学祝、町会・防災会協賛のバス研修旅行、夏休みのラジオ体操、スイカ割り大会、初期消火訓練、敬老のお祝い、リサイクルバザー、防災食炊き出し訓練、あきまつり(荻窪小学校)支援、西荻南子どもまつり(高井戸第四小学校)支援、みやまえスマイル広場(宮前中学校)支援、パトロール出陣式、成人お祝い、応急救護訓練、中学校卒業祝い等、一年を通して盛りだくさんの行事を行っています。

中でも当会が力を入れているのは、地域のパトロールです。宮三パトロール隊は高井戸警察署の指導の下、平成15年8月19日に発足し、本



▲宮三パトロール隊 出陣式

年は10周年の節目を迎えました。正月5日間の休みを除き、3グループに分け年間360日朝昼晩と、たばこの吸い殻やごみを拾いながらパトロールをし、延べ人数2万3000人、違反広告物撤去延べ枚数1万1400枚となりました。

これからも行政の指導と援助をいただきながら住民の誇れる「わがまち宮前三丁目」を目指します。

(会長 石黒俊之)

すぎなみ地域福祉フォーラム2013

つながり 関・伝・地～関わる・伝える・地域力～ あなたはひとりですか？

10月27日(日)午後1時～4時 場あんさんぶる荻窪(荻窪5-15-13) 因・師講演会=地域のつながりと「ひとり」を考える(桃山学院大学教授・松端克文)▷公開討論会=「なぜ、つながるのですか？」(討論者=松端克文、和田堀地区民生委員児童委員協議会会長・高武征、副会長・渡邊君子、杉並介護支援団理事長・北原理良子、スクールソーシャルワーカー・森谷尚樹)定60名(申込順) 無料(申込)電話、ファクスまたはEメール(9面記入例参照)に性別も書いて、10月18日までに杉並区社会福祉協議会☎5347-3939FAX5347-2063✉forum2013@sugisyakyo.comへ 同協議会☎託児、手話通訳を希望する方は申込時にお知らせください

◆調査にご協力ください◆

平成25年住宅・土地統計調査

～住まいから 描く日本の 未来地図～

10月1日を調査基準日として、全国一斉に「住宅・土地統計調査」が行われます。ご理解とご協力をお願いします。

▷内容=現在居住している住居に関する事項、世帯に関する事項、現住居以外の住宅および土地に関する事項等▷対象=全国約350万世帯(区は572の調査区の中から約9700世帯)▷調査期間=準備調査は9月上旬、調査票の配布・回収は9月下旬～10月上旬▷調査方法=都知事から任命された調査員が対象世帯を訪問し、調査票を配布・回収します

※提出された内容を他人に漏らしたり、統計以外の目的(税の資料等)に使用することは、法律で強く禁じられています。

区民生活部管理課統計係

区内の空間放射線量等測定結果

区は、下記のとおり区内の空間放射線量等の測定を実施しました。測定結果は、区ホームページでもご覧になれます。——問い合わせは、各担当課へ。放射線量等測定に関する全般的なことについては環境課放射能対策担当☎3312-2111(区代表)、放射線量測定の方法については杉並保健所生活衛生課☎3391-1991へ。

◆区立小中学校・保育園等の給食食材

園学務課、保育課

9月4日現在、区立小中養護学校、保育園の給食食材、計1174検体を測定した結果、健康に影響を与えるものではありませんでした。

◆区内3カ所(定点測定)

園環境課放射能対策担当 (測定日9月3日) 単位: マイクロ・シーベルト/h

測定場所	測定高さ1m
杉並区役所青梅街道側(阿佐谷南1-15-1)	0.07
杉並保健所前駐車場西側(荻窪5-20-1)	0.06
衛生試験所玄関前駐車場(高井戸東3-20-3)	0.07

※測定機器は、シンチレーションサーベイメーター TCS-172Bです。

コミュニティ通信

地域区民センター協議会が企画する催し・講座など

【マークのみかた】 **知**=お知らせ **催**=催し **講**=講座 **募**=募集

往復ハガキ記入例

〈1人1枚〉

- ①行事名②郵便番号・住所
- ③氏名(フリガナ)④年齢
- ⑤電話番号⑥託児ありの行事は子供の氏名・年齢
- ※返信用ハガキに宛先を記入してください。

申し込みは、「当日直接」以外は必ず往復ハガキで、各締切日(必着)までに該当の地域区民センター協議会へ(応募者多数の場合、抽選)。記載は、右記入例(⇒)を参照。

詳しい内容は、直接該当する地域区民センター協議会へ(月～金曜日午前8時30分～午後5時〈祝日、年末年始を除く〉)。

★協働事業とは、地域課題の解決に向けて、地域のさまざまな団体と企画段階から連携して実施する事業です。

名称・会場	内容/講師	開催日・時間	定員	費用	申込/締切
-------	-------	--------	----	----	-------

●井草地域区民センター協議会 (〒167-0022下井草5-7-22 井草地域区民センター内 ☎3301-7723)

催	★協働事業 井草センターのつどい 日本フィル弦楽四重奏の調べと防犯の話 場井草地域区民センター	近隣でおきている事件や犯罪被害にあわないための話を聞いて防犯の備えをしましょう。日本フィル弦楽四重奏の美しい調べに包まれてみましょう/荻窪警察署、日本フィル弦楽四重奏団▷長寿応援対象事業	10月7日(月)午後1時～3時	70名	無料	9月26日 往復ハガキ
催	おもちゃの病院 場井草地域区民センター	こわれたおもちゃを修理します(実費がかかる場合があります)/長凡ほか	10月12日(土)・26日(土) 受付=午後1時30分～3時	—	無料	当日直接
催	★協働事業 井草センターのつどい ロープ結びのいろいろ 場井草地域区民センター	日常や災害時にも役立ついろいろなロープ結びを学びましょう。またキーホルダーなどの作品を作ります/ポイスカウト杉並第11団、井荻中学校レスキュー隊▷長寿応援対象事業	10月19日(土)・26日(土) 午前10時～正午(計2回)	15名	300円 (材料費)	10月8日 往復ハガキ
講	初心者カードマジック 入門講座 場井草地域区民センター	カードマジックを始めてみたい方、プロのマジシャンがやさしく指導します。カードマジックを楽しみましょう/A N X R A▷長寿応援対象事業	9月28日(土)、10月5日(土)・12日(土) 午後2時～4時(計3回)	12名	3000円 (材料費)	9月17日 往復ハガキ

●西荻地域区民センター協議会 (〒167-0034桃井4-3-2 西荻地域区民センター内 ☎3301-0815)

催	コミュニティすくーる 西荻探訪「東京女子大と骨董通りを巡る」	東京女子大学ではアントニン・レーモンド設計の歴史的建造物や、「新渡戸稲造記念室」などの貴重な展示物を見学します。骨董通りでは西荻窪商店会連合会会長の案内で個性あふれるお店を巡ります▷長寿応援対象事業	10月10日(休)午前9時～正午 (小雨実施)	40名	30円 (保険料)	9月25日 往復ハガキ
講	西荻地域の歴史シリーズ(2) 善福寺川流域の古代遺跡を訪ねて 場西荻地域区民センター	区の中央を横切る善福寺川流域は古代人たちにとって格好の生活舞台とされ、多くの遺跡が発掘されています。その発掘からみた西荻地域の古代生活を学びます/学芸員▷長寿応援対象事業	9月28日(土)午後1時30分～3時30分	40名	無料	9月20日 往復ハガキ

●荻窪地域区民センター協議会 (〒167-0051荻窪2-34-20 荻窪地域区民センター内 ☎3398-9127)

催	本天沼集会所まつり 場本天沼区民集会所 (本天沼2-12-10)	10月6日(日)午前10時～午後4時 園児の作品展および楽しいアトラクション、抽選会(先着300名。空くし無し)、群馬県東吾妻町産の直送農産物の販売、包丁研ぎ、模擬店(焼きそば、ビール等)ほか				当日直接
講	ストレッチ&リズム体操 場荻窪地域区民センター	テンポ良くリズムカルに楽しく体を動かすことにより、全身をストレッチします/後藤鈴香▷長寿応援対象事業	10月2日～23日の毎週水曜日、 午前9時30分～11時30分(計4回)	30名	200円	9月22日 往復ハガキ
講	楽しい朗読 場荻窪地域区民センター	詩や小説などを、作品に込めた作者の気持ちになってドラマチックに朗読します/岡根子▷長寿応援対象事業	10月3日～24日の毎週木曜日、 午後2時～4時(計4回)	30名	300円 (資料代を含む)	9月22日 往復ハガキ

●阿佐谷地域区民センター協議会 (〒166-0004阿佐谷南1-47-17 阿佐谷地域区民センター内 ☎3314-7215)

催	★協働事業 ワクワク!どきどき? 科学で遊ぼう 場阿佐谷地域区民センター	科学工作や実験、科学の本、サイエンスカフェ、万華鏡作り、バルーンカー、影絵など/サイエンスホッパーズ、N P O子ども理科教育振興会、影絵の会ほか	9月29日(日)午後1時30分～4時30分	—	無料	当日直接
催	★協働事業 「防災・減災まちづくりフォーラム2013」木造密集地域でどう生き延びるかを一緒に考える 場阿佐谷地域区民センター	第1部=「阿佐谷・高円寺地域での被害想定と減災対策」/区防災課▷第2部=「火災対策に特化した地域減災とまちづくり」/区まちづくり推進課▷第3部=パネルディスカッション「地域減災について、火災を大いにしないために」▷長寿応援対象事業	10月5日(土)午後1時30分～4時	90名	無料	当日直接 (先着順)
催	阿佐谷ジャズストリート応援 「ジャズトーク①・②」 場阿佐谷地域区民センター	①ジャズと映画の楽しいお話をします/ジャズシンガー・大橋美加②日本のソウルミュージック第一人者がアメリカ音楽とゴスペルの魅力をお話しします/ゴスペル歌手・森崎ペラ▷長寿応援対象事業	①10月13日(日)②20日(日) 午後2時～4時 ※各日ごとにお申し込みください。	各50名	無料	9月27日 往復ハガキ
催	★協働事業 認知症ケアセミナー 「認知症に備える」 場阿佐谷地域区民センター	第1部=認知症の早期発見・早期治療/浴風会病院神経内科診療部長・市岡修▷第2部=①認知症に対する杉並区の取り組み/高齢者在宅支援課②認知症の方と家族を地域で支える/N P O法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン理事長 牧野史子▷長寿応援対象事業	10月27日(日)午後1時30分～4時	90名	無料	10月4日 往復ハガキ

●高井戸地域区民センター協議会 (〒168-0072高井戸東3-7-5 高井戸地域区民センター内 ☎3331-7980)

催	高井戸センターまつり 場高井戸地域区民センター	10月5日(土)・6日(日)午前10時～午後4時(6日は3時30分まで) 内容=近隣学校の吹奏楽演奏、作品展示、自主グループ作品展示、公募グループによる舞台パフォーマンス、大道芸、野菜・草花販売、本のリサイクル、包丁研ぎ、模擬店ほか▷その他=車での来場はご遠慮ください				当日直接
講	歴史の中の動乱を見つめた 仏たち 場高井戸地域区民センター	①三十三間堂・平清盛と後白河法皇の確執②総国分寺東大寺・平重衡、悲運の南都攻め③聖林寺・草むらに捨てられた国宝十一面観音④向源寺・泥の中に埋められた国宝十一面観音/貝瀬弘子▷長寿応援対象事業	10月11日～11月1日の毎週金曜日、 午前10時～正午(計4回)	70名	100円	9月25日 往復ハガキ
講	初心者のためのゴルフ体験 場東京ゴルフ専門学校教場 (高井戸東3-11-7)	ショートコースを使用してゴルフの基本とマナーを楽しく学びましょう(クラブの無料貸し出しあり)/熊木貴光▷対象=18歳以上の方▷問い合わせ=高井戸地域区民センター協議会▷長寿応援対象事業	10月4日～25日の毎週金曜日、 午前10時30分～正午(計4回)	20名	6100円 (別途保険料120円)	9月19日 往復ハガキ
募	本のリサイクルに ご協力ください 場高井戸地域区民センター	「高井戸センターまつり」で本のリサイクルを行います。不用の本がありましたらお持ちください。対象は一般書と児童本です。(雑誌、汚破損本、辞書、参考書、専門書、CDやカセットはご遠慮ください)▷受付期間・場所=10月5日(土)まで①図書室開室中は2階図書室カウンターで受け付け②図書室休室中は1階総合受付カウンターで受け付け(図書室休室日=9月16日(祝)～19日(木))				



10月15日(火)から

かえで路線の運行ルートを一変変更します

(西荻窪～久我山)

このたび、すぎ丸利用者および地域住民の方々の利便性向上や地域の活性化を目的に、かえで路線の運行ルートを一変変更します。

引き続き、南北バスすぎ丸「かえで路線」をご利用ください。

—問い合わせは、交通対策課へ。

右ルート図の赤線のとおり、27番バス停先、天祖神社前交差点を直進し、南荻窪三丁目交差点で左折してJR西荻窪駅まで運行するルートへの変更になります。これにより、現ルート上の28番バス停を廃止し、新ルート上に3カ所のバス停を新設します。

▷変更日=10月15日(火)



高齢者への虐待をしない、させない

～高齢者と家族の孤立を防ぎましょう～

「高齢者虐待」には、暴力行為だけでなく、暴言・無視、必要な世話をしない、年金や財産を勝手に使うなどの行為も含まれます。「高齢者虐待」は、身近に起こりうる問題です。あなたの発見により、深刻化を防ぐことができ、介護者にゆとりが生まれることもあります。気になる高齢者を発見した場合は、相談窓口にご連絡ください（匿名で結構です。通報者の秘密は守ります）。

—問い合わせは、高齢者在宅支援課へ。

◇このような方を見かけたらご連絡を◇

- 家の中から家族の怒鳴り声や高齢者の悲鳴が聞こえる。
- 家の中から物を投げる音や物が壊れる音がする。
- 服が汚れていたり、入浴している様子がない。

◇無理がありませんか？あなたの介護◇

▷介護者の心の相談=介護者の心の葛藤について、臨床心理士と一緒に考えながら、心の整理をします（予約制、無料）。

【申し込み・問い合わせ】電話で、高齢者在宅支援課高齢者福祉担当へ

▷介護者の会=家族を介護する方が、悩みや不安を安心して話したり、情報交換をしている場です。

【問い合わせ】ケア24または高齢者在宅支援課地域連携推進係

▷ほっと一息、介護者ヘルプ=要介護1以上の高齢者を同居で介護している家族に代わり、ヘルパーが家事を代行します。

【申し込み・問い合わせ】電話で、高齢者在宅支援課管理係へ

◇高齢者虐待防止普及啓発事業◇

「毎日がアルツハイマー」映画と監督の講演会
アルツハイマーの世界を通して、家族のあり方、人間の尊厳とは何かを問う「長編動画」です。

時11月1日(金)午後6時30分(6時開場) 場座・高円寺(高円寺北2-1-2) 師監督・関口祐加 区内在住・在勤の方定250名(先着順) 費無料(申込当日、直接会場へ) 高齢者在宅支援課高齢者福祉担当他講演には手話通訳あり。映画には日本語字幕付き。車椅子2台まで可(事前申込制)



©2012 NY GALS FILMS

▷高齢者虐待についての連絡・相談窓口

- 高齢者在宅支援課高齢者福祉担当 ☎5307-0648
【受付時間】月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
- お近くの地域包括支援センター(ケア24)
【受付時間】月～金曜日 午前9時～午後7時
土曜日 午前9時～午後1時

▷介護保険施設等における高齢者虐待についての連絡・相談窓口

- 介護保険課相談調整担当

▷在宅医療相談調整窓口

高齢者等の在宅医療に関する問い合わせや相談に応じます。

- 【相談受付日時】月～金曜日
午前8時30分～午後5時(祝日・年末年始を除く)
- 【相談・問い合わせ】
高齢者在宅支援課在宅療養支援担当 ☎5307-0782

安心おたっしや訪問を実施しています

高齢者のお宅を訪問し、困りごとなどを日常的に相談できる関係を作るとともに、支援が必要な方に適切なサービスなどを案内します。何かお困りのことなどがあれば、お気軽にご相談ください。

- ▷訪問時期=随時 ※対象となる方によって、訪問時期が違います。
- ▷訪問担当者=地域包括支援センター(ケア24)職員、民生委員、区職員

関高齢者在宅支援課地域連携推進係

